



T81

T82

T85

T86

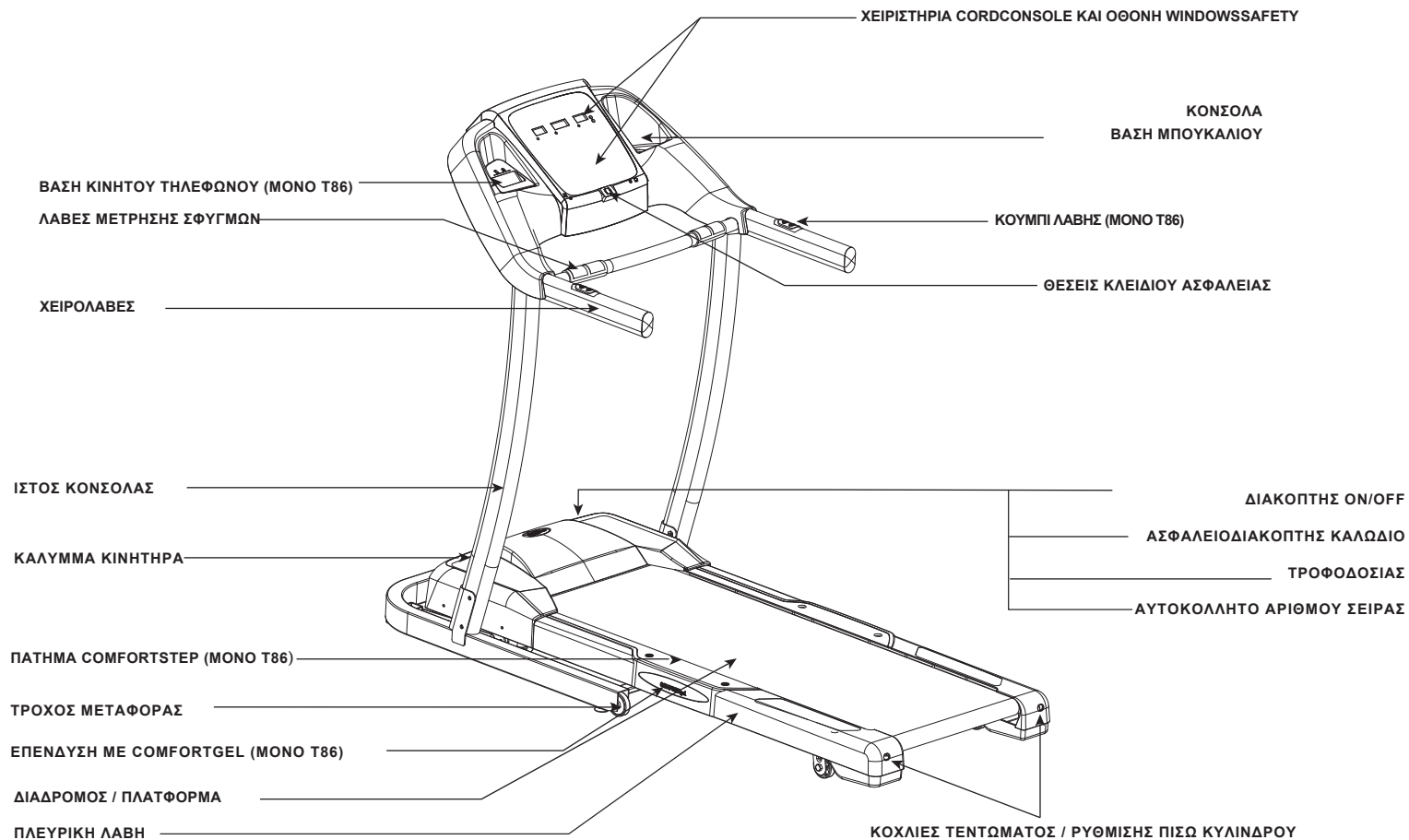
ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΧΡΗΣΤΗ ΔΙΑΔΡΟΜΟΥ



Συμβουλευθείτε τον ΟΔΗΓΟ ΔΙΑΔΡΟΜΟΥ πριν διαβάσετε το ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΧΡΗΣΤΗ.



ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΗ
T86



ΠΡΟΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ

ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΑ ΠΟΥ ΑΠΑΙΤΟΥΝΤΑΙ:

- 5 mm Επίπεδο κλειδί/Κατσαβίδι (T81/82)
- 6 mm Άλλεν (T81/82)
- 5 mm Άλλεν (T85/86)
- 5 mm Άλλεν (T85/86)

ΜΕΡΗ ΠΟΥ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ:

- 1 Κονσόλα
- 2 Άξονας κονσόλας
- 1 Σετ μπουλονιών
- 1 Κλειδί ασφαλείας
- 1 Καλώδιο τροφοδοσίας
- 1 Σιλίκονη
- 1 Θέση κινητού/MP3 (μόνο T86)



ΧΡΕΙΑΖΕΣΤΕ ΒΟΗΘΕΙΑ;

Σε περίπτωση ερωτήσεων ή μερών που λείπουν, επικοινωνήστε με την Τεχνική Βοήθεια Πελατών.

ΑΠΟΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑ

Τοποθετήστε το πακέτο του διαδρόμου σε μια επίπεδη επιφάνεια. Συστήνεται να τοποθετήσετε ένα προστατευτικό κάλυμμα στο πάτωμα. ΠΡΟΣΕΞΤΕ όταν μετακινείτε και μεταφέρετε την μονάδα.

Μην ανοίγετε το κουτί όταν βρίσκεται τοποθετημένο πλάγια. Αφού αφαιρέσετε τους μάντες συσκευασίας, μην σηκώσετε ή μεταφέρετε την μονάδα εκτός αν είναι τελείως συναρμολογημένη. Αποσυσκευάστε την συσκευή εκεί που θα χρησιμοποιηθεί. Μην πιάνεται την συσκευή από το σημείο που κλίνει ή μην προσπαθήσετε να τον ανυψώσετε ή να τον μετακινήσετε.



ΠΡΟΣΟΧΗ

ΜΗΝ ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΤΕ ΝΑ ΑΝΥΨΩΣΕΤΕ ΤΟΝ ΔΙΑΔΡΟΜΟ! Μην μετακινείτε ή ανυψώνετε τον διάδρομο από την συσκευασία αν δεν εξειδικεύεται στις οδηγίες. Μπορείτε να μετακινήσετε την πλαστική συσκευασία από τον άξονα της κονσόλας.



ΠΡΟΣΟΧΗ

ΑΚΟΛΟΥΘΗΣΤΕ ΠΡΟΣΕΚΤΙΚΑ ΑΥΤΕΣ ΤΙΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΝΑ ΑΠΟΦΥΓΕΤΕ ΑΤΥΧΗΜΑΤΑ.

ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ: κατά την διάρκεια κάθε φάσης συναρμολόγησης, βεβαιωθείτε ότι ΟΛΑ τα μπουλόνια και οι βίδες βρίσκονται στη θέση τους και είναι μερικά βιδωμένα πριν σφίξετε ΟΠΟΙΟΔΗΠΟΤΕ ΜΠΟΥΛΟΝΙ.

ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ: μια ελαφρά τοποθέτηση γράσου μπορεί να διευκολύνει την εγκατάσταση των μπουλονιών. Συστήνεται οποιοδήποτε γράσο, όπως για παράδειγμα γράσο λιθίου για ποδήλατα.



ΟΛΑ ΤΑ
ΜΟΝΤΕΛΑ

T81 και T82 ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ ΦΑΣΗ 1



ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΗ
T82

ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΦΑΣΗ 1 :



LONG BOLT (a)
M8 x 50L
Qty: 4



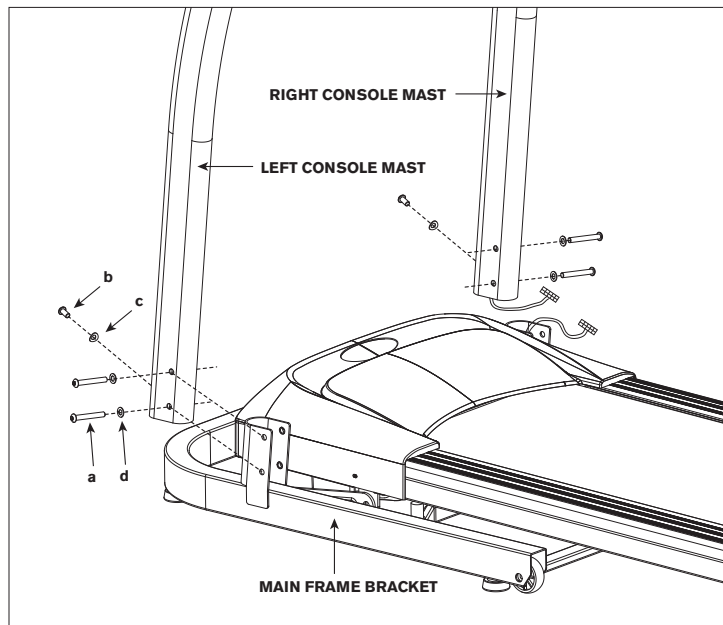
SHORT BOLT (b)
M8 x 16L
Qty: 2



ARC WASHER (c)
Ø 8
Qty: 2



FLAT WASHER (d)
Ø 8
Qty: 4



(T82)

- A Ανοίξτε το χαρτόνι και σηκώστε το τραπέζι για να μετακινήσετε όλα τα περιεχόμενα κάτω από το τραπέζι
- B Ανοίξτε την ΤΣΑΝΤΑ ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΩΝ για την φάση 1
- Γ Ευθυγραμμίστε και συνδέστε τον ΑΞΟΝΑ ΚΟΝΣΟΛΑΣ SX στον βραχίονα βάσης χρησιμοποιώντας 2 ΜΑΚΡΙΑ ΜΠΟΥΛΟΝΙΑ (a), 1 ΚΟΝΤΟ ΜΠΟΥΛΟΝΙ (b), 2 ΕΠΙΠΕΔΕΣ ΡΟΔΕΛΕΣ (d) και 1 ΡΟΔΕΛΑ ΜΕ ΚΑΜΠΥΛΗ (c).
- Δ Συνδέστε τα ΚΑΛΩΔΙΑ ΚΟΝΣΟΛΑΣ στον ΑΞΟΝΑ ΚΟΝΣΟΛΑΣ DX και εισάγετε με προσοχή τα καλώδια στον ΑΞΟΝΑ ΚΟΝΣΟΛΑΣ για να αποφύγετε ζημιές.
- Ε Επαναλάβετε την φάση Γ με τον ΑΞΟΝΑ ΚΟΝΣΟΛΑΣ DX.

ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ: Μην διπλώνετε τα καλώδια όταν συναρμολογείτε τον άξονα κονσόλας. Μπορεί να έχετε ανάγκη βοήθειας κατά την διάρκεια των φάσεων 1 ή 2 της συναρμολόγησης και ΜΗΝ βιδώνετε τελείως τα μπουλόνια μέχρι την ολοκλήρωση της φάσης 2.

T81 και T82 ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ ΦΑΣΗ 2

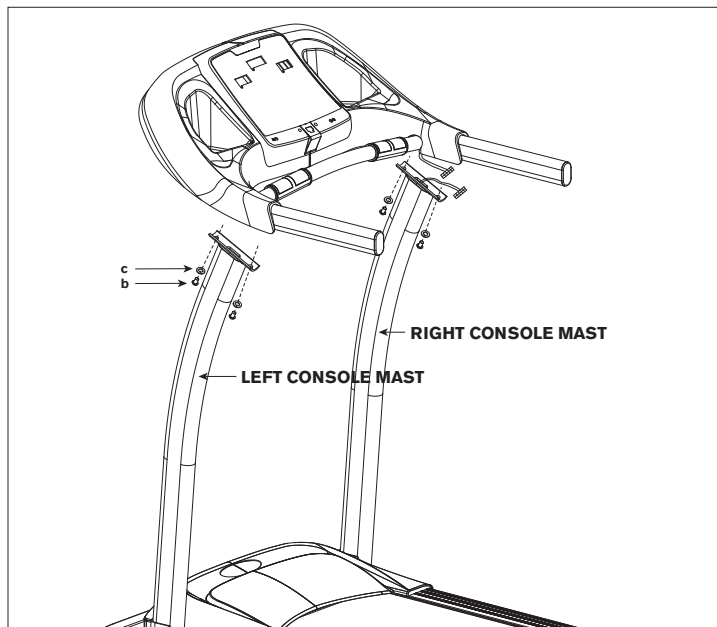
ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΦΑΣΗ 2:



SHORT BOLT (b)
M8 x 16 L
Qty: 4



ARC WASHER (c)
Ø 8
Qty: 4



(T82 SHOWN)

- A Ανοίξτε την ΤΣΑΝΤΑ ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΩΝ για την φάση 2
- B Κρατήστε με προσοχή την ΚΟΝΣΟΛΑ πάνω από τον ΑΞΟΝΑ ΚΟΝΣΟΛΑΣ
- Γ Συνδέστε τα ΚΑΛΩΔΙΑ ΚΟΝΣΟΛΑΣ του δεξιού μέρους, εισάγοντας προσεκτικά τα καλώδια στον ΑΞΟΝΑ ΚΟΝΣΟΛΑΣ DX για να αποφύγετε ζημιές.
- Δ Συνδέστε την ΚΟΝΣΟΛΑ στον ΑΞΟΝΑ ΚΟΝΣΟΛΑΣ χρησιμοποιώντας 4 ΚΟΝΤΑ ΜΠΟΥΛΟΝΙΑ (b) και 4 ΕΠΙΠΕΔΕΣ ΡΟΔΕΛΕΣ (c).

ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ: Μην διπλώνετε τα καλώδια όταν συναρμολογείτε τον άξονα κονσόλας. Μπορεί να έχετε ανάγκη βοήθειας κατά την διάρκεια των φάσεων 1 ή 2 της συναρμολόγησης και ΜΗΝ βιδώνετε τελείως τα μπουλόνια μέχρι την ολοκλήρωση της φάσης 2.



ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΗ

T82

T85 και T86 ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ ΦΑΣΗ 1



ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΗ

T86

ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΦΑΣΗ 1 :



LONG BOLT (A)
M8 x 55L
Qty: 4



SHORT BOLT (B)
M8 x 20L
Qty: 2



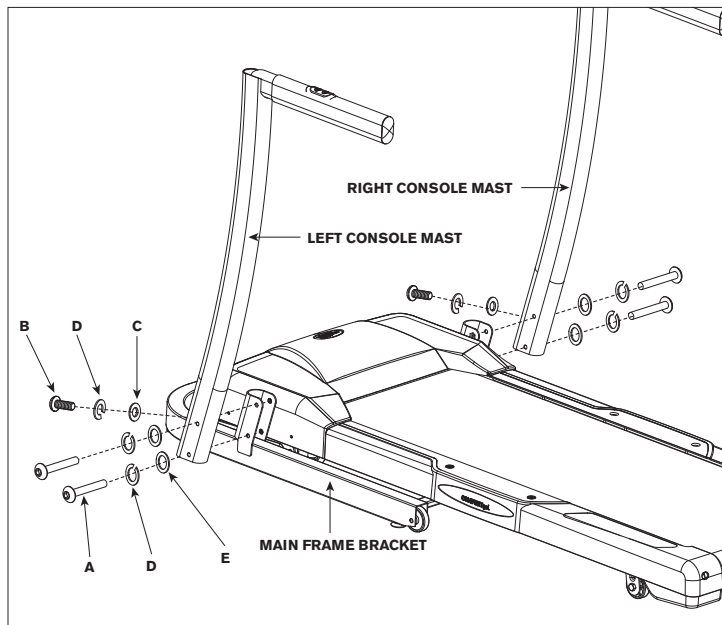
ARC WASHER (C)
Ø 8.4
Qty: 2



SPRING WASHER (D)
Ø 8.2
Qty: 6



FLAT WASHER (E)
Ø 8.2
Qty: 4



(T86 SHOWN)

- A Ανοίξτε το χαρτόνι και σηκώστε το τραπέζι για να μετακινήσετε όλα τα περιεχόμενα κάτω από το τραπέζι
- B Ανοίξτε την ΤΣΑΝΤΑ ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΩΝ για την φάση 1
- Γ Ευθυγραμμίστε και συνδέστε τον ΑΞΟΝΑ ΚΟΝΣΟΛΑΣ SX στον βραχίονα βάσης χρησιμοποιώντας 2 ΜΑΚΡΙΑ ΜΠΟΥΛΟΝΙΑ (a), 1 ΚΟΝΤΟ ΜΠΟΥΛΟΝΙ (b), 2 ΕΠΙΠΕΔΕΣ ΡΟΔΕΛΕΣ (d) και 1 ΡΟΔΕΛΑ ΜΕ ΚΑΜΠΥΛΗ (c).
- Δ Συνδέστε τα ΚΑΛΩΔΙΑ ΚΟΝΣΟΛΑΣ στον ΑΞΟΝΑ ΚΟΝΣΟΛΑΣ DX και εισάγετε με προσοχή τα καλώδια στον ΑΞΟΝΑ ΚΟΝΣΟΛΑΣ για να αποφύγετε ζημιές.
- Ε Επαναλάβετε την φάση Γ με τον ΑΞΟΝΑ ΚΟΝΣΟΛΑΣ DX.

ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ: Μην διπλώνετε τα καλώδια όταν συναρμολογείτε τον άξονα κονσόλας. Μπορεί να έχετε ανάγκη βοήθειας κατά την διάρκεια των φάσεων 1 ή 2 της συναρμολόγησης και ΜΗΝ βιδώνετε τελείως τα μπουλόνια μέχρι την ολοκλήρωση της φάσης 2.

T85 και T86 ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ ΦΑΣΗ 1

ΕΡΓΑΛΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΦΑΣΗ 1



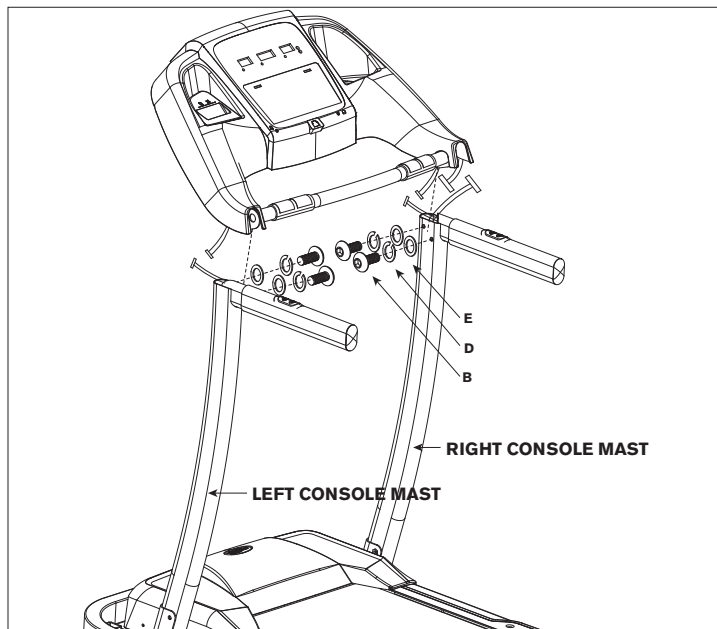
SHORT BOLT (B)
M8 x 20L
Qty: 4



SPRING WASHER (D)
Ø 8.2
Qty: 4



FLAT WASHER (E)
Ø 8.2
Qty: 4



(T86 SHOWN)

A Ανοίξτε την ΤΣΑΝΤΑ ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΩΝ για την φάση 2

B Κρατήστε με προσοχή την ΚΟΝΣΟΛΑ πάνω από τον

ΑΞΟΝΑ ΚΟΝΣΟΛΑΣ.

Συνδέστε τα ΚΑΛΩΔΙΑ ΚΟΝΣΟΛΑΣ του δεξιού μέρους, εισάγοντας προσεκτικά τα καλώδια στον ΑΞΟΝΑ ΚΟΝΣΟΛΑΣ DX για να αποφύγετε ζημιές.

Γ-1 (SOLO T86)

Συνδέστε τα ΚΑΛΩΔΙΑ ΤΑΧΕΙΑ ΠΛΗΚΤΡΑ ΤΟΥ ΤΙΜΟΝΙΟΥ

στον ΑΞΟΝΑ ΚΟΝΣΟΛΑΣ του SX και του DX, εισάγοντας

προσεκτικά τα καλώδια στον ΑΞΟΝΑ ΚΟΝΣΟΛΑΣ

Γ Συνδέστε την ΚΟΝΣΟΛΑ στον ΑΞΟΝΑ ΚΟΝΣΟΛΑΣ

χρησιμοποιώντας 4 ΚΟΝΤΑ ΜΠΟΥΛΟΝΙΑ (B), 4 ΡΟΔΕΛΕΣ

ΜΕ ΕΛΑΤΗΡΙΟ (D) και 4 ΕΠΙΠΕΔΕΣ ΡΟΔΕΛΕΣ (E).

ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ: Στο T81 και 82 η σταθεροποίηση της κονσόλας γίνεται από κάτω ενώ στο T85 και 86 υπάρχει μια βίδα στο εσωτερικό μέρος όπως φαίνεται στην εικόνα αριστερά. Μην λυγίζετε τα καλώδια και βιδώστε τα μπουλόνια πριν χρησιμοποιήσετε τον διάδρομο



ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΗ

T86

ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ ΦΑΣΗ 3



ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΗ

T86



(ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΗ T86)

ΤΕΛΕΙΩΣΕΣ!

T81

Μέγιστο βάρος χρήστη: 115 kg

Βάρος προϊόντος: 54 kg

Διαστάσεις ανοιχτό: 171 x 71 x 132 cm

Διαστάσεις κλειστό: 103 x 71 x 139 cm

Συμμορφούμενο με EN957-1, EN957-6, HB

T82

Μέγιστο βάρος χρήστη: 115 kg

Βάρος προϊόντος: 58 kg

Διαστάσεις ανοιχτό: 171 x 71 x 132cm

Διαστάσεις κλειστό: 108 x 71 x 135 cm

Συμμορφούμενο με EN957-1, EN957-6, HB

T85

Μέγιστο βάρος χρήστη: 115 kg

Βάρος προϊόντος: 60 kg

Διαστάσεις ανοιχτό: 173 x 79 x 136 cm

Διαστάσεις κλειστό: 96 x 79 x 145 cm

Συμμορφούμενο με EN957-1, EN957-6, HB

T86

Μέγιστο βάρος χρήστη: 115 kg

Βάρος προϊόντος: 60 kg

Διαστάσεις ανοιχτό: 173 x 79 x 136 cm

Διαστάσεις κλειστό: 96 x 79 x 145 cm

Συμμορφούμενο με EN957-1, EN957-6, HB

ΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ ΤΟΝ ΔΙΑΔΡΟΜΟ

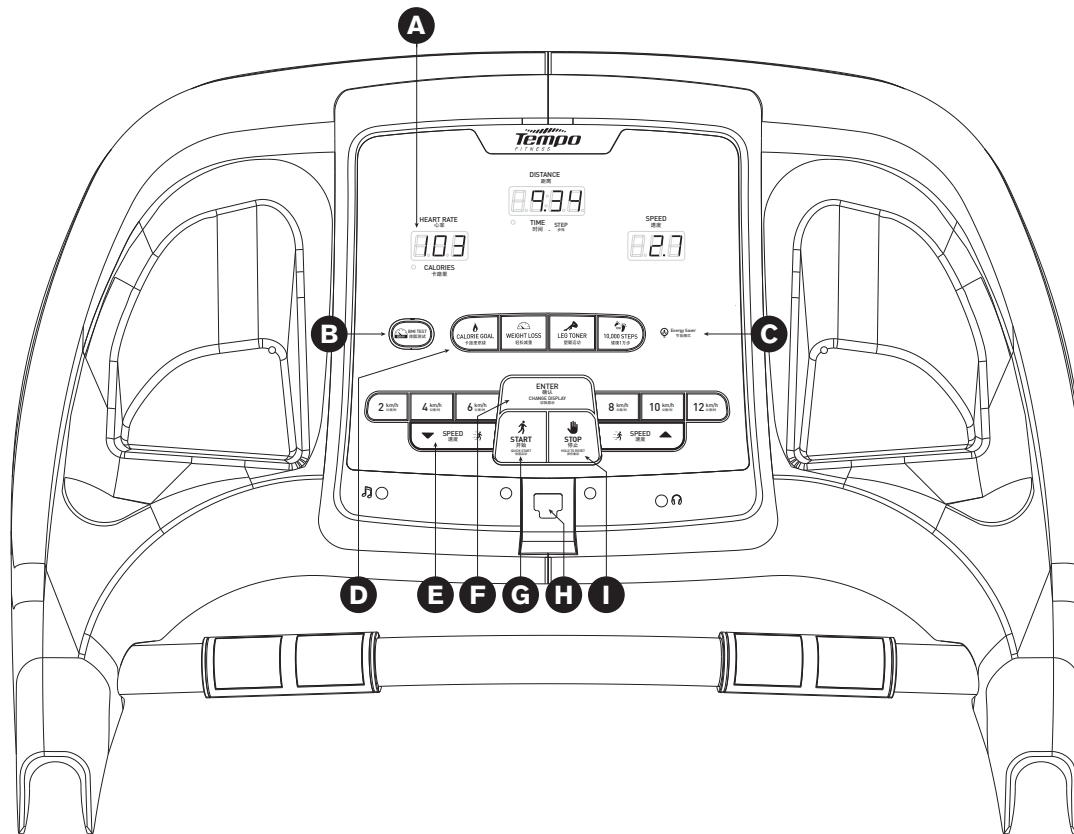


Αυτό το τμήμα εξηγεί πώς να χρησιμοποιείται και να προγραμματίζεται η κονσόλα του διαδρόμου.

- ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΗ ΤΟΥ ΔΙΑΔΡΟΜΟΥ
- ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΚΛΕΙΔΙΟΥ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ
- ΔΙΠΛΩΜΑ ΤΟΥ ΔΙΑΔΡΟΜΟΥ
- ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΗ ΤΟΥ ΔΙΑΔΡΟΜΟΥ
- ΕΠΙΠΕΔΩΣΗ ΤΟΥ ΔΙΑΔΡΟΜΟΥ
- ΤΑΣΗ ΤΟΥ ΙΜΑΝΤΑ
- ΕΣΤΙΑΣΗ ΤΟΥ ΔΙΑΔΡΟΜΟΥ
- ΧΡΗΣΗ ΤΗΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΚΑΡΔΙΑΚΟΥ ΠΑΛΜΟΥ



ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΗ
T81



T81 ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΚΟΝΣΟΛΑΣ

Προσοχή: αφαιρέστε την λεπτή προστατευτική μεμβράνη της κονσόλας πριν την χρήση.

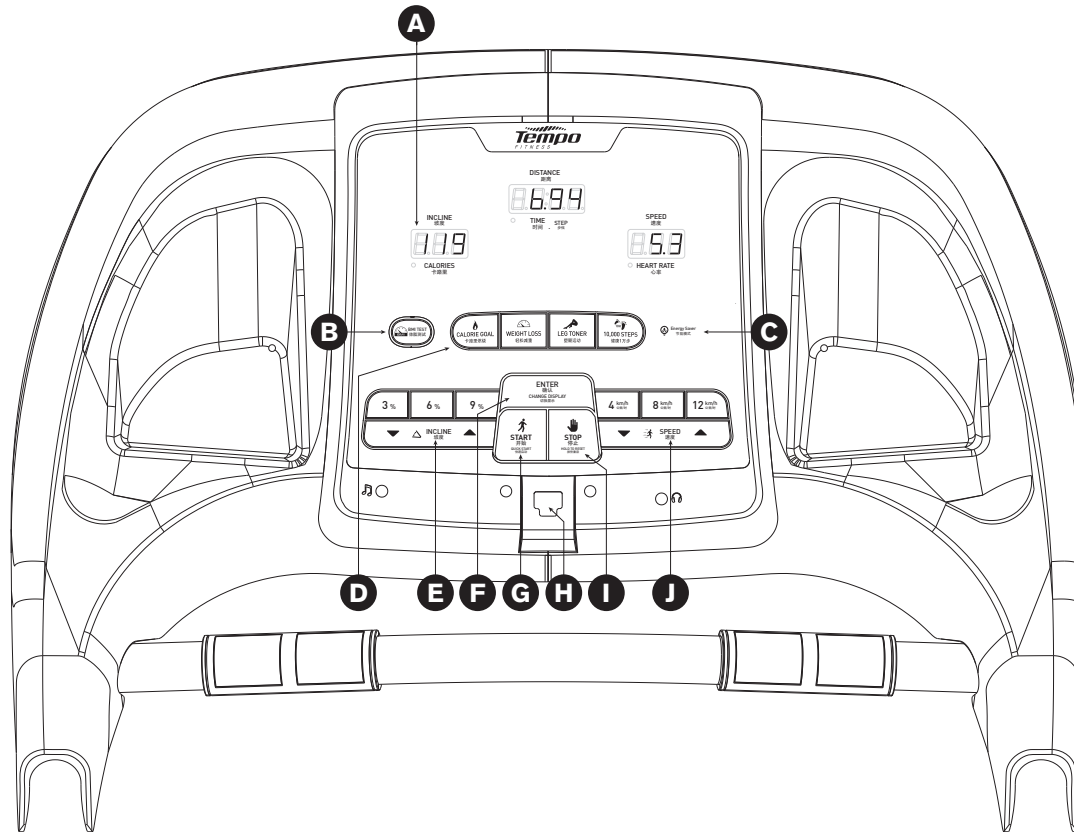
- A) ΠΑΡΑΘΥΡΑ LED: Χρόνος, Απόσταση, Ταχύτητα, Θερμίδες, Καρδιακός Παλμός και Βήματα (μόνο το πρόγραμμα 10K βήματα).
- B) TEST BMI: Ταχεία πλήκτρα BMI. Εισάγετε το βάρος σας και το ύψος σας αφού πατήσετε αυτό το πλήκτρο. Το μηχάνημα θα σας βοηθήσει να υπολογίσετε τον προσωπικό σας δείκτη BMI για μελλοντικές αναζητήσεις.
- C) ΕΞΟΙΚΟΝΟΜΗΣΗ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ: Για να ελαχιστοποιηθεί η κατανάλωση ενέργειας, το μηχάνημα θα μπει αυτόματα στην λειτουργία εξοικονόμηση ενέργειας (αφού εισέλθει σε λειτουργία stand-by για 15 λεπτά) και θα μπορεί να επανέλθει με ένα απλό άγγιγμα ενός πλήκτρου.
- D) ΤΑΧΕΙΑ ΠΛΗΚΤΡΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΥ: Ταχεία πλήκτρα διαίσθησης σας βοηθούν να ρυθμίσετε πιο εύκολα το πρόγραμμά σας. (Αναφερθείτε στις πληροφορίες για τα προγράμματα για περισσότερες λεπτομέρειες).
- E) ΤΑΧΕΙΑ ΠΛΗΚΤΡΑ: χρησιμοποιούνται για την ρύθμιση της ταχύτητας με μικρές αυξήσεις (αυξήσεις από 0,1 χλμ/ω).
- F) ΠΛΗΚΤΡΟ ENTER : χρησιμοποιείται για την επιβεβαίωση των ρυθμίσεων του προγράμματος προπόνησης ή του προφίλ χρήστη
- G) START: πατήστε για να αρχίσετε την άσκηση, την προπόνηση ή να αρχίσετε πάλι την άσκηση μετά από μια διακοπή.
- H) ΘΕΣΗ ΚΛΕΙΔΙΟΥ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ: ενεργοποιεί τον διάδρομο όταν έχει εισαχθεί το κλειδί ασφαλείας.
- I) STOP: πατήστε για να διακόψετε/ολοκληρώσετε την προπόνηση. Κρατήστε το πατημένο για 3 δευτερόλεπτα για να επαναρυθμίσετε την κονσόλα. .



ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΗ
T81



ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΗ
T82



T82 ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΚΟΝΣΟΛΑΣ

Προσοχή: αφαιρέστε την λεπτή προστατευτική μεμβράνη της κονσόλας πριν την χρήση.

- A) ΠΑΡΑΘΥΡΑ LED: Χρόνος, Απόσταση, Ταχύτητα, Κλίση, Θερμίδες, Καρδιακός Παλμός και Βήματα (μόνο το πρόγραμμα 10K βήματα).
- B) TEST BMI: Ταχεία πλήκτρα BMI. Εισάγετε το βάρος σας και το ύψος σας αφού πατήσετε αυτό το πλήκτρο. Το μηχάνημα θα σας βοηθήσει να υπολογίσετε τον προσωπικό σας δείκτη BMI για μελλοντικές αναζητήσεις.
- C) ΕΞΟΙΚΟΝΟΜΗΣΗ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ: Για να ελαχιστοποιηθεί η κατανάλωση ενέργειας, το μηχάνημα θα μπει αυτόματα στην λειτουργία εξοικονόμηση ενέργειας (αφού εισέλθει σε λειτουργία stand-by για 15 λεπτά) και θα μπορεί να επανέλθει με ένα απλό άγγιγμα ενός πλήκτρου.
- D) ΤΑΧΕΙΑ ΠΛΗΚΤΡΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΥ: Ταχεία πλήκτρα διαίσθησης σας βοηθούν να ρυθμίσετε πιο εύκολα το πρόγραμμά σας. (Αναφερθείτε στις πληροφορίες για τα προγράμματα για περισσότερες λεπτομέρειες).
- E) ΠΛΗΚΤΡΑ ΚΛΙΣΗΣ: χρησιμοποιούνται για να ρυθμίσετε την κλίση με μικρές αυξήσεις (αυξήσεις από 0.5%).
- F) ΠΛΗΚΤΡΟ ENTER: χρησιμοποιείται για την επιβεβαίωση των ρυθμίσεων του προγράμματος προπόνησης ή του προφίλ χρήστη.
- G) START: πατήστε για να αρχίσετε την άσκηση, την προπόνηση ή να αρχίσετε πάλι την άσκηση μετά από μια διακοπή.
- H) ΘΕΣΗ ΚΛΕΙΔΙΟΥ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ: ενεργοποιεί τον διάδρομο όταν έχει εισαχθεί το κλειδί ασφαλείας.
- I) STOP: πατήστε για να διακόψετε/ολοκληρώσετε την προπόνηση. Κρατήστε το πατημένο για 3 δευτερόλεπτα για να επαναρρυθμίσετε την κονσόλα.
- J) ΠΛΗΚΤΡΑ ΤΑΧΥΤΗΤΑΣ: χρησιμοποιούνται για την ρύθμιση της ταχύτητας με μικρές αυξήσεις (αυξήσεις από 0,1 χλμ/ω).



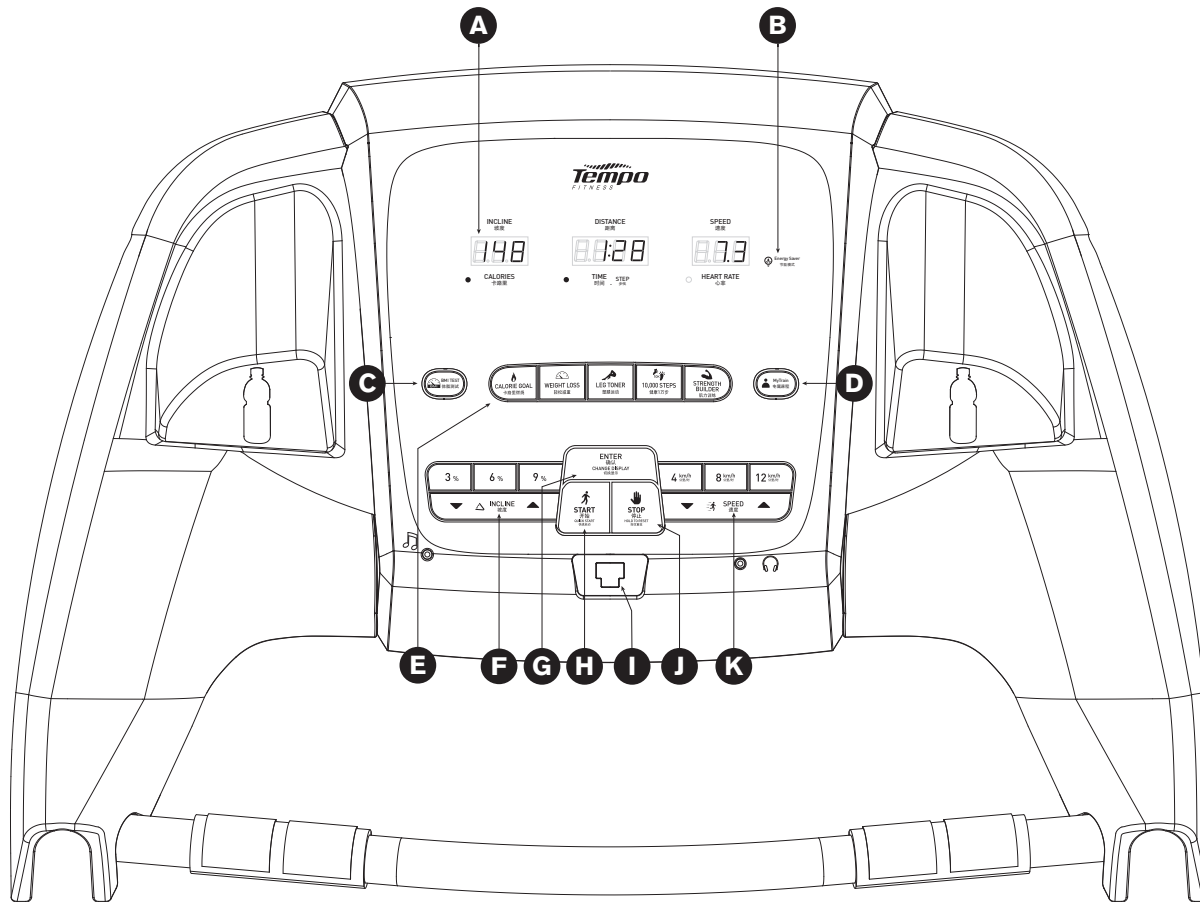
ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΗ

T82



ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΗ

T85



T85 ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΚΟΝΣΟΛΑΣ

Προσοχή: αφαιρέστε την λεπτή προστατευτική μεμβράνη της κονσόλας πριν την χρήση.

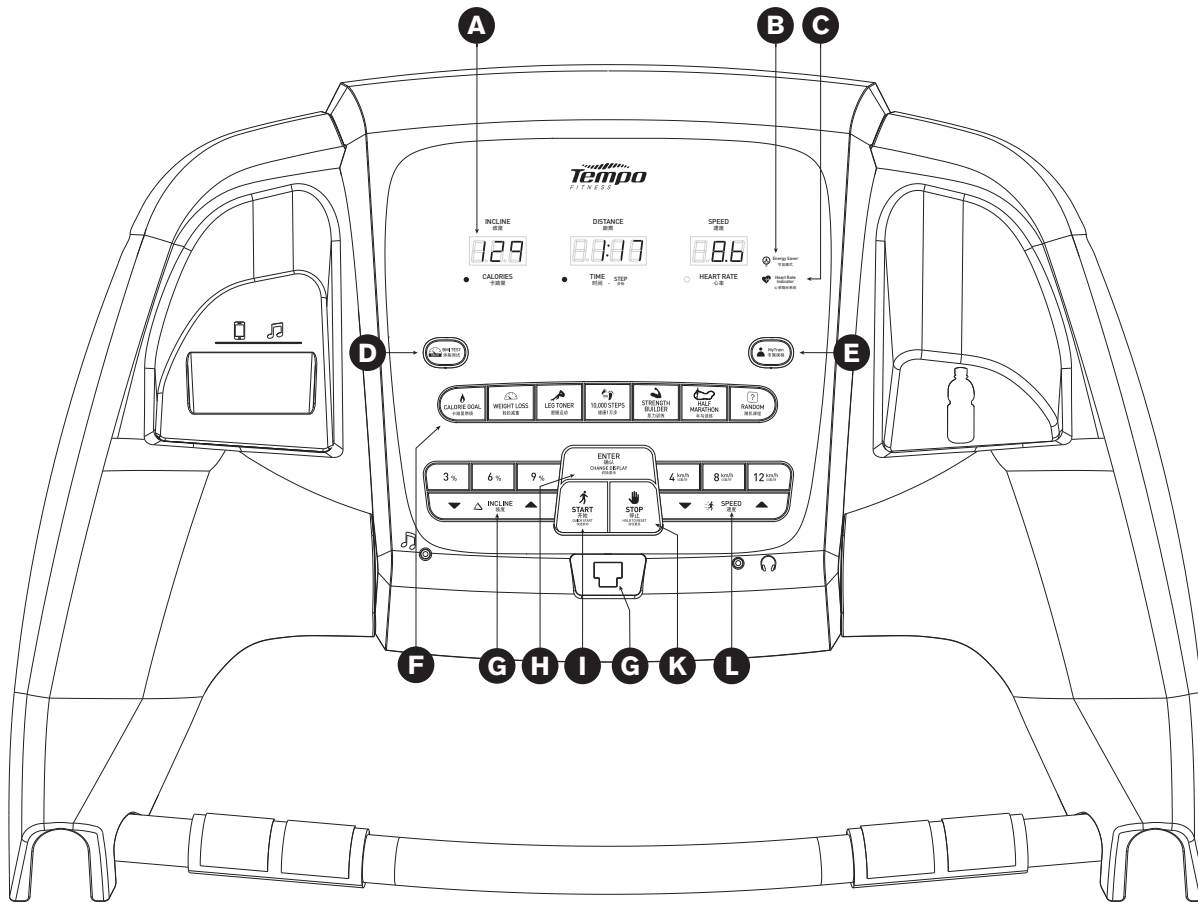
- A) ΠΑΡΑΘΥΡΑ LED: Χρόνος, Απόσταση, Ταχύτητα, Κλίση, Θερμίδες, Καρδιακός Παλμός και Βήματα (μόνο το πρόγραμμα 10K βήματα).
- B) ΕΞΟΙΚΟΝΟΜΗΣΗ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ: Για να ελαχιστοποιηθεί η κατανάλωση ενέργειας, το μηχάνημα θα μπει αυτόματα στην λειτουργία εξοικονόμηση ενέργειας (αφού εισέλθει σε λειτουργία stand-by για 15 λεπτά) και θα μπορεί να επανέλθει με ένα απλό άγγιγμα ενός πλήκτρου.
- C) TEST BMI: Ταχεία πλήκτρα BMI. Εισάγετε το βάρος σας και το ύψος σας αφού πατήσετε αυτό το πλήκτρο. Το μηχάνημα θα σας βοηθήσει να υπολογίσετε τον προσωπικό σας δείκτη BMI για μελλοντικές αναζητήσεις.
- D) Η ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΜΟΥ: Ένα ταχύ πλήκτρο προγράμματος για να σας βοηθήσει να αποθηκεύσετε τις ρυθμίσεις προπόνησής σας και να τις έχετε έτοιμες για μια άλλη προπόνηση. Αφού ολοκληρώσετε την προπόνηση, πατήστε αυτό το πλήκτρο για 3 δευτερόλεπτα για να αποθηκεύσετε όλες τις μεταβολές που έχετε επιφέρει και πατήστε αυτό το πλήκτρο προγράμματος για να επαναφέρετε στην μνήμη την προπόνηση που σας ενδιαφέρει.
- E) ΤΑΧΕΙΑ ΠΛΗΚΤΡΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΥ: Ταχεία πλήκτρα διαίσθησης σας βοηθούν να ρυθμίσετε πιο εύκολα το πρόγραμμά σας. (Αναφερθείτε στις πληροφορίες για τα προγράμματα για περισσότερες λεπτομέρειες).
- F) ΠΛΗΚΤΡΑ ΚΛΙΣΗΣ: χρησιμοποιούνται για να ρυθμίσετε την κλίση με μικρές αυξήσεις (αυξήσεις από 0.5%).
- G) ΠΛΗΚΤΡΟ ENTER: χρησιμοποιείται για την επιβεβαίωση των ρυθμίσεων του προγράμματος προπόνησης ή του προφίλ χρήστη.
- H) START: πατήστε για να αρχίσετε την άσκηση, την προπόνηση ή να αρχίσετε πάλι την άσκηση μετά από μια διακοπή.
- I) ΘΕΣΗ ΚΛΕΙΔΙΟΥ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ: ενεργοποιεί τον διάδρομο όταν έχει εισαχθεί το κλειδί ασφαλείας.
- J) STOP: πατήστε για να διακόψετε/ολοκληρώσετε την προπόνηση. Κρατήστε το πατημένο για 3 δευτερόλεπτα για να επαναρυθμίσετε την κονσόλα.
- K) ΠΛΗΚΤΡΑ ΤΑΧΥΤΗΤΑΣ: χρησιμοποιούνται για την ρύθμιση της ταχύτητας με μικρές αυξήσεις (αυξήσεις από 0,1 χλμ/ω).



ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΗ
T85



ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΗ
T86



T86 ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΚΟΝΣΟΛΑΣ

Προσοχή: αφαιρέστε την λεπτή προστατευτική μεμβράνη της κονσόλας πριν την χρήση.

- A) ΠΑΡΑΘΥΡΑ LED: Χρόνος, Απόσταση, Ταχύτητα, Κλίση, Θερμίδες, Καρδιακός Παλμός και Βήματα (μόνο το πρόγραμμα 10K βήματα).
- B) ΕΞΟΙΚΟΝΟΜΗΣΗ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ: Για να ελαχιστοποιηθεί η κατανάλωση ενέργειας, το μηχάνημα θα μπει αυτόματα στην λειτουργία εξοικονόμησης ενέργειας (αφού εισέλθει σε λειτουργία stand-by για 15 λεπτά) και θα μπορεί να επανέλθει με ένα απλό άγγιγμα ενός πλήκτρου.
- C) ΔΕΙΚΤΗΣ ΚΑΡΔΙΑΚΟΥ ΠΑΛΜΟΥ (ΜΟΝΟ T86): Ένα σύστημα παρακολούθησης θα σας βοηθήσει να διατηρηθείτε στο καλύτερο εύρος παλμών και να πετύχετε τον στόχο της προπόνησής σας. (Βλέπε σελ. 26 για περισσότερες πληροφορίες)
- D) TEST BMI: Ταχεία πλήκτρα BMI. Εισάγετε το βάρος σας και το ύψος σας αφού πατήσετε αυτό το πλήκτρο. Το μηχάνημα θα σας βοηθήσει να υπολογίσετε τον προσωπικό σας δείκτη BMI για μελλοντικές αναζητήσεις.
- E) Η ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΜΟΥ: Ένα ταχύ πλήκτρο προγράμματος για να σας βοηθήσει να αποθηκεύσετε τις ρυθμίσεις προπόνησής σας και να τις έχετε έτοιμες για μια άλλη προπόνηση. Αφού ολοκληρώσετε την προπόνηση, πατήστε αυτό το πλήκτρο για 3 δευτερόλεπτα για να αποθηκεύσετε όλες τις μεταβολές που έχετε επιφέρει και πατήστε αυτό το πλήκτρο προγράμματος για να επαναφέρετε στην μνήμη την προπόνηση που σας ενδιαφέρει.
- F) ΤΑΧΕΙΑ ΠΛΗΚΤΡΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΥ: Ταχεία πλήκτρα διαίσθησης σας βοηθούν να ρυθμίσετε πιο εύκολα το πρόγραμμά σας. (Αναφερθείτε στις πληροφορίες για τα προγράμματα για περισσότερες λεπτομέρειες).
- G) ΠΛΗΚΤΡΑ ΚΛΙΣΗΣ: χρησιμοποιούνται για να ρυθμίσετε την κλίση με μικρές αυξήσεις (αυξήσεις από 0.5%).
- H) ΠΛΗΚΤΡΟ ENTER: χρησιμοποιείται για την επιβεβαίωση των ρυθμίσεων του προγράμματος προπόνησης ή του προφίλ χρήστη.
- I) START: πατήστε για να αρχίσετε την άσκηση, την προπόνηση ή να αρχίσετε πάλι την άσκηση μετά από μια διακοπή.
- J) ΘΕΣΗ ΚΛΕΙΔΙΟΥ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ: ενεργοποιεί τον διάδρομο όταν έχει εισαχθεί το κλειδί ασφαλείας.
- K) STOP: πατήστε για να διακόψετε/ολοκληρώσετε την προπόνηση. Κρατήστε το πατημένο για 3 δευτερόλεπτα για να επαναρυθμίσετε την κονσόλα.
- L) ΠΛΗΚΤΡΑ ΤΑΧΥΤΗΤΑΣ: χρησιμοποιούνται για την ρύθμιση της ταχύτητας με μικρές αυξήσεις (αυξήσεις από 0,1 χλμ/ω).



ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΗ

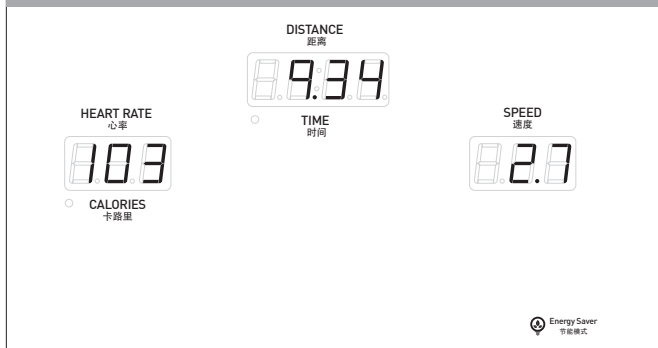
T86



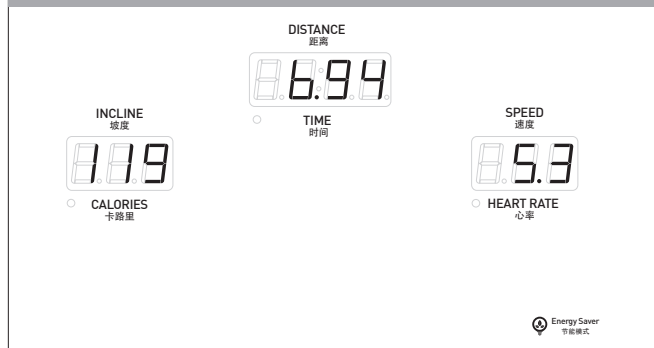
ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΗ

T81
T82

ΟΘΟΝΗ T81

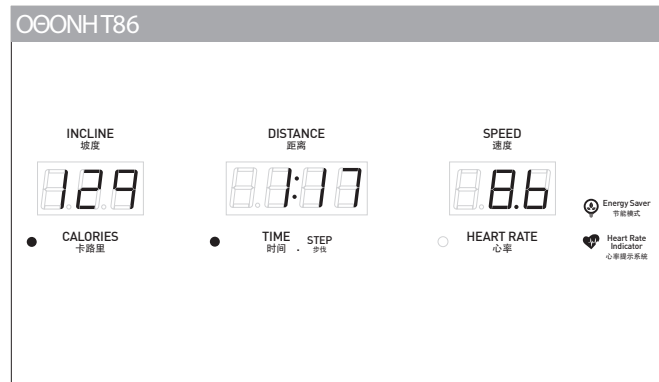
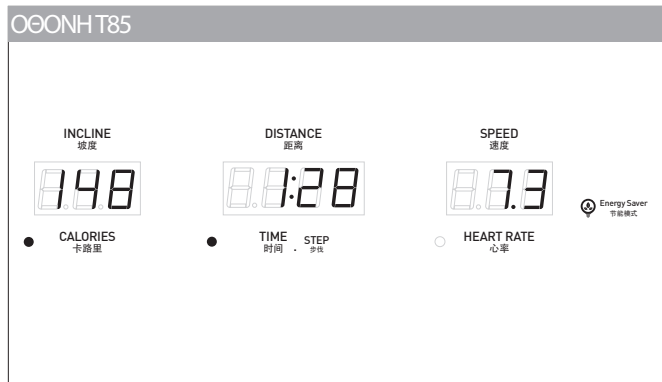


ΟΘΟΝΗ T82



ΠΑΡΑΘΥΡΑ ΟΘΟΝΗΣ

- **ΧΡΟΝΟΣ:** Απεικονίζεται σε λεπτά: δευτερόλεπτα. Βλέπετε τον υπολειπόμενο χρόνο ή τον χρόνο της προπόνησης που έχετε διανύσει.
- **ΑΠΟΣΤΑΣΗ:** Εμφανίζεται σε χιλιόμετρα ή σε μίλια. Παρουσιάζει την διανυθείσα απόσταση ή την υπολειπόμενη απόσταση της προπόνησής σας.
- **ΤΑΧΥΤΗΤΑ:** Εμφανίζεται σε ΜΑΩ ή ΧΛΜ/Ω. Παρουσιάζει με πόση ταχύτητα κινείται ο διάδρομος.
- **ΘΕΡΜΙΔΕΣ:** Συνολικές καταναλωθείσες ή οι υπολειπόμενες θερμίδες να καταναλωθούν κατά την διάρκεια της προπόνησής σας.
- **ΚΑΡΔΙΑΚΟΣ ΠΑΛΜΟΣ:** Εμφανίζεται σε ΠΑΛ (παλμοί ανά λεπτό). Χρησιμοποιείται για την παρακολούθηση του καρδιακού παλμού (εμφανίζεται όταν και τα δύο χέρια έχουν πιάσει τις χειρολαβές με τους αισθητήρες παλμών).
- **ΚΛΙΣΗ (MONO T82):** Απεικονίζεται σε ποσοστό. Εμφανίζει την κλίση του διαδρόμου σας.
- **ΒΗΜΑΤΑ:** (μόνο στο πρόγραμμα 10K βήματα). Για να απεικονίσει τα υπολειπόμενα βήματα της προπόνησής σας.



ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΗ

T85
T86

ΠΑΡΑΘΥΡΑ ΟΘΟΝΗΣ

- **ΧΡΟΝΟΣ:** Απεικονίζεται σε λεπτά: δευτερόλεπτα. Βλέπετε τον υπολειπόμενο χρόνο ή τον χρόνο της προπόνησης που έχετε διανύσει.
- **ΑΠΟΣΤΑΣΗ:** Εμφανίζεται σε χιλιόμετρα ή σε μίλια. Παρουσιάζει την διανυθείσα απόσταση ή την υπολειπόμενη απόσταση της προπόνησής σας.
- **ΤΑΧΥΤΗΤΑ:** Εμφανίζεται σε ΜΑΩ ή ΧΛΜ/Ω. Παρουσιάζει με πόση ταχύτητα κινείται ο διάδρομος
- **ΤΑΧΥΤΗΤΑ:** Εμφανίζεται σε ΜΑΩ ή ΧΛΜ/Ω. Παρουσιάζει με πόση ταχύτητα κινείται ο διάδρομος
- **ΚΑΡΔΙΑΚΟΣ ΠΑΛΜΟΣ:** Εμφανίζεται σε ΠΑΛ (παλμοί ανά λεπτό). Χρησιμοποιείται για την παρακολούθηση του καρδιακού παλμού (εμφανίζεται όταν και τα δύο χέρια έχουν πιάσει τις χειρολαβές με τους αισθητήρες παλμών).
- **ΚΛΙΣΗ:** Απεικονίζεται σε ποσοστό. Εμφανίζει την κλίση του διαδρόμου σας.
- **ΒΗΜΑΤΑ:** (μόνο στο πρόγραμμα 10K βήματα). Για να απεικονίσει τα υπολειπόμενα βήματα της προπόνησής σας.
- **ΔΕΙΚΤΗΣ ΠΑΛΜΩΝ (ΜΟΝΟ T86):** για να παρακολουθείτε την απόδοση των παλμών σας. Βλέπε στην σελ. 26 για περισσότερες πληροφορίες.



ΟΛΑ ΤΑ
ΜΟΝΤΕΛΑ

ΑΡΧΙΣΤΕ

- 1) Ελέγξτε ότι δεν υπάρχουν αντικείμενα στην λωρίδα που μπορεί να εμποδίσουν την κίνηση του διαδρόμου.
- 2) Εισάγετε το καλώδιο τροφοδοσίας στην πρίζα και εκκινήστε τον διάδρομο.
- 3) Ανεβείτε στους πλευρικούς οδηγούς του διαδρόμου.
- 4) Συνδέστε το κλιπ ασφαλείας στα ρούχα σας προσέχοντας να μην αποκολληθεί κατά την διάρκεια της άσκησης.
- 5) Εισάγετε το κλειδί ασφαλείας στην οπή της κονσόλας.
- 6) Έχετε δύο επιλογές για να αρχίσετε την προπόνηση:

A) ΤΑΧΕΙΑ ΕΝΑΡΞΗ

Πατήστε απλά το πλήκτρο START για να αρχίσετε την προπόνηση.

Χρόνος, απόσταση και θερμίδες θα αρχίσουν να μετρούν από το μηδέν. Η...

B) ΕΠΙΛΕΞΤΕ ΕΝΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

- 1) Επιλέξτε ένα πρόγραμμα πατώντας το ΑΜΕΣΟ ΠΛΗΚΤΡΟ ή χρησιμοποιώντας τα πλήκτρα ΒΕΛΗ, πατήστε ENTER για να επιβεβαιώσετε τις ρυθμίσεις
- 2) Εάν είναι αναγκαίο, επιλέξτε το επίπεδο πατώντας τα ΠΛΗΚΤΡΑ ΒΕΛΗ ΠΑΝΩ και ΚΑΤΩ, πατήστε ENTER για επιβεβαίωση.
- 3) Όταν οι ρυθμίσεις έχουν ολοκληρωθεί, πατήστε START για να αρχίσετε την προπόνηση.

ΓΙΑ ΝΑ ΜΗΔΕΝΙΣΕΤΕ ΤΗΝ ΕΠΙΛΟΓΗ/ ΕΠΑΝΑΡΡΥΘΜΙΣΕΤΕ ΤΗΝ ΚΟΝΣΟΛΑ

Κρατήστε πατημένο το STOP για 3 δευτερόλεπτα.

ΟΛΟΚΛΗΡΩΣΤΕ ΤΗΝ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ

Όταν η προπόνησή σας έχει ολοκληρωθεί, ο διάδρομος θα σταματήσει και θα εκπέμψει ένα ήχο. Θα μπορείτε να διακόψετε την λειτουργία του μηχανήματος ή να την θέσετε σε λειτουργία εξοικονόμησης ενέργειας μετά από 15 λεπτά.

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ

ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ:

- 1) Εάν η ταχύτητα ή η κλίση αλλάζει κατά την διάρκεια της προπόνησης, τα υπολειπόμενα τμήματα θα αλλάξουν και αυτά.
- 2) Τα T81 & T82 περιλαμβάνουν: στόχο θερμίδων, απώλεια βάρους, τόνωση ποδιών και 10K βήματα (Παρατήρηση: το T81 είναι χωρίς μεταβολές κλίσης)
- 3) Το T85 Το T85 περιλαμβάνει: στόχο θερμίδων, απώλεια βάρους, τόνωση ποδιών και 10K βήματα, Αύξηση δύναμης και η Προπόνησή μου.
- 4) Το T86 περιλαμβάνει: στόχο θερμίδων, απώλεια βάρους, τόνωση ποδιών και 10K βήματα, Αύξηση δύναμης, Ημιμαραθώνιο, Τυχαίο και η Προπόνησή μου.

1) ΣΤΟΧΟΣ ΘΕΡΜΙΔΩΝ: Ρυθμίστε τον στόχο θερμίδων που θέλετε να καταναλώσετε σήμερα καθώς και την επιθυμούμενη ταχύτητα. Το μηχανήμά σας θα σας φέρει μέσω της προπόνησής σας και θα σας βοηθήσει να ολοκληρώσετε την διαδρομή σας. Όταν θα χρησιμοποιείτε αυτό το πρόγραμμα, θα μπορείτε να ρυθμίζετε την ταχύτητα και το επίπεδο κλίσης κατά την διάρκεια της προπόνησης. Η κονσόλα θα υπολογίσει αυτόματα τις θερμίδες που έχετε καταναλώσει και θα τις αφαιρέσει από τον στόχο θερμίδων σας με αντίστροφη μέτρηση.



ΟΛΑ ΤΑ
ΜΟΝΤΕΛΑ

2) ΑΠΩΛΕΙΑ ΒΑΡΟΥΣ: Προωθεί την απώλεια βάρους αυξάνοντας ή μειώνοντας την ταχύτητα και την κλίση, διατηρώντας σας στην περιοχή κατανάλωσης λίπους. Ταχύτητα και κλίση ποικίλλουν, τα τμήματα επαναλαμβάνονται κάθε 30 δευτερόλεπτα.

(Metric, km/h)

Segment		Warm Up		1	2	3	4	5	6	7	8	Cool Down	
Time		4:00 MIN		30 SEC	30 SEC	30 SEC	30 SEC	30 SEC	30 SEC	30 SEC	30 SEC	4:00 MIN	
Level 1	Incline	0.0	0.5	1.5	1.5	1.0	0.5	0.5	0.5	1.0	1.5	0.5	0.0
	Speed	1.6	2.4	3.2	4.0	4.8	5.6	6.4	5.6	4.8	4.0	3.6	2.4
Level 2	Incline	0.0	0.5	1.5	1.5	1.0	0.5	1.0	0.5	1.0	1.5	0.5	0.0
	Speed	2.0	3.0	4.0	4.8	5.6	6.4	7.2	6.4	5.6	4.8	4.1	2.8
Level 3	Incline	0.5	1.0	2.0	2.0	1.5	1.0	1.0	1.0	1.5	2.0	1.0	0.5
	Speed	2.4	3.6	4.8	5.6	6.4	7.2	8.0	7.2	6.4	5.6	4.8	3.2
Level 4	Incline	0.5	1.0	2.0	2.0	1.5	1.0	1.0	1.0	1.5	2.0	1.0	0.5
	Speed	2.8	4.1	5.6	6.4	7.2	8.0	8.8	8.0	7.2	6.4	5.4	3.6
Level 5	Incline	1.0	1.5	2.5	2.5	2.0	1.5	1.5	1.5	2.0	2.5	1.5	1.0
	Speed	3.2	4.8	6.4	7.2	8.0	8.8	9.6	8.8	8.0	7.2	6.0	4.0
Level 6	Incline	1.0	1.5	2.5	2.5	2.0	1.5	1.5	1.5	2.0	2.5	1.5	1.0
	Speed	3.6	5.4	7.2	8.0	8.8	9.6	10.4	9.6	8.8	8.0	6.5	4.4
Level 7	Incline	1.5	2.0	3.0	3.0	2.5	2.0	2.0	2.0	2.5	3.0	2.0	1.5
	Speed	4.0	6.0	8.0	8.8	9.6	10.4	11.2	10.4	9.6	8.8	7.2	4.8
Level 8	Incline	1.5	2.0	3.0	3.0	2.5	2.0	2.0	2.0	2.5	3.0	2.0	1.5
	Speed	4.4	6.5	8.8	9.6	10.4	11.2	12.0	11.2	10.4	9.6	7.8	5.2
Level 9	Incline	2.0	2.5	3.5	3.5	3.0	2.5	2.5	2.5	3.0	3.5	2.5	2.0
	Speed	4.8	7.2	9.6	10.4	11.2	12.0	12.8	12.0	11.2	10.4	8.4	5.6
Level 10	Incline	2.0	2.5	3.5	3.5	3.0	2.5	2.5	2.5	3.0	3.5	2.5	2.0
	Speed	5.2	7.8	10.4	11.2	12.0	12.8	13.6	12.8	12.0	11.2	8.9	6.0

(British, MPH)

Segment		Warm Up		1	2	3	4	5	6	7	8	Cool Down	
Time		4:00 MIN		30 SEC	30 SEC	30 SEC	30 SEC	30 SEC	30 SEC	30 SEC	30 SEC	4:00 MIN	
Level 1	Incline	0.0	0.5	1.5	1.5	1.0	0.5	0.5	0.5	1.0	1.5	0.5	0.0
	Speed	1.0	1.5	2.0	2.5	3.0	3.5	4.0	3.5	3.0	2.5	2.3	1.5
Level 2	Incline	0.0	0.5	1.5	1.5	1.0	0.5	1.0	0.5	1.0	1.5	0.5	0.0
	Speed	1.3	1.9	2.5	3.0	3.5	4.0	4.5	4.0	3.5	3.0	2.6	1.8
Level 3	Incline	0.5	1.0	2.0	2.0	1.5	1.0	1.0	1.0	1.5	2.0	1.0	0.5
	Speed	1.5	2.3	3.0	3.5	4.0	4.5	5.0	4.5	4.0	3.5	3.0	2.0
Level 4	Incline	0.5	1.0	2.0	2.0	1.5	1.0	1.0	1.0	1.5	2.0	1.0	0.5
	Speed	1.8	2.6	3.5	4.0	4.5	5.0	5.5	5.0	4.5	4.0	3.4	2.3
Level 5	Incline	1.0	1.5	2.5	2.5	2.0	1.5	1.5	1.5	2.0	2.5	1.5	1.0
	Speed	2.0	3.0	4.0	4.5	5.0	5.5	6.0	5.5	5.0	4.5	3.8	2.5
Level 6	Incline	1.0	1.5	2.5	2.5	2.0	1.5	1.5	1.5	2.0	2.5	1.5	1.0
	Speed	2.3	3.4	4.5	5.0	5.5	6.0	6.5	6.0	5.5	5.0	4.1	2.8
Level 7	Incline	1.5	2.0	3.0	3.0	2.5	2.0	2.0	2.0	2.5	3.0	2.0	1.5
	Speed	2.5	3.8	5.0	5.5	6.0	6.5	7.0	6.5	6.0	5.5	4.5	3.0
Level 8	Incline	1.5	2.0	3.0	3.0	2.5	2.0	2.0	2.0	2.5	3.0	2.0	1.5
	Speed	2.8	4.1	5.5	6.0	6.5	7.0	7.5	7.0	6.5	6.0	4.9	3.3
Level 9	Incline	2.0	2.5	3.5	3.5	3.0	2.5	2.5	2.5	3.0	3.5	2.5	2.0
	Speed	3.0	4.5	6.0	6.5	7.0	7.5	8.0	7.5	7.0	6.5	5.3	3.5
Level 10	Incline	2.0	2.5	3.5	3.5	3.0	2.5	2.5	2.5	3.0	3.5	2.5	2.0
	Speed	3.3	4.9	6.5	7.0	7.5	8.0	8.5	8.0	7.5	7.0	5.6	3.8

*Παρατήρηση: Το T81 είναι χωρίς μεταβολή κλίσης.



ΟΛΑ ΤΑ
ΜΟΝΤΕΛΑ

3) ΤΟΝΩΣΗ ΠΟΔΙΩΝ: Προωθεί την προπόνηση του κάτω μέρους του σώματος και δυναμώνει τα πόδια αυξάνοντας και μειώνοντας την ταχύτητα και την κλίση. Ταχύτητα και κλίση μεταβάλλονται, τα τμήματα επαναλαμβάνονται κάθε 30 δευτερόλεπτα. Για να δυναμώσετε τους μύες των ποδιών θα πρέπει να προπονήσετε σωστά και να ακολουθείτε αυτές τις υποδείξεις:

- 1) Κάντε σωστά διατάσεις στα πόδια
- 2) Αρχίστε με χαμηλή ταχύτητα και περπατάτε πάντα στηριζόμενοι ελαφρά στην φτέρνα (Συστήνεται να χρησιμοποιείτε ένα ζευγάρι αθλητικά παπούτσια).
- 3) Ολοκληρώστε όλη την προπόνηση ή προπονηθείτε για τουλάχιστον 30 λεπτά.
- 4) Πιείτε αργά 500-1000 ml. Νερό μετά την προπόνηση.
- 5) Κάνετε μασάζ στους μηρούς και στα πόδια στο τέλος της προπόνησης.

(Metric, km/h)

Segments	Warm-Up		1	2	3	4	5	6	7	8	Cool Down	
	4:00 MIN		30 SEC	30 SEC	30 SEC	30 SEC	30 SEC	30 SEC	30 SEC	30 SEC	30 SEC	4:00 MIN
Level 1	0.8	1.6	2.4	3.2	4.0	4.8	5.6	4.8	4.0	3.2	1.6	0.8
Level 2	0.8	1.6	3.2	4.0	4.8	5.6	6.4	5.6	4.8	4.0	1.6	0.8
Level 3	0.8	2.4	4.0	4.8	5.6	6.4	7.2	6.4	5.6	4.8	2.4	1.6
Level 4	0.8	2.4	4.8	5.6	6.4	7.2	8.0	7.2	6.4	5.6	2.4	1.6
Level 5	0.8	3.2	5.6	6.4	7.2	8.0	8.8	8.0	7.2	6.4	3.2	1.6
Level 6	0.8	3.2	6.4	7.2	8.0	8.8	9.6	8.8	8.0	7.2	3.2	1.6
Level 7	0.8	4.0	7.2	8.0	8.8	9.6	10.4	9.6	8.8	8.0	4.0	2.4
Level 8	0.8	4.0	8.0	8.8	9.6	10.4	11.2	10.4	9.6	8.8	4.0	2.4
Level 9	0.8	4.8	8.8	9.6	10.4	11.2	12.0	11.2	10.4	9.6	4.8	3.2
Level 10	0.8	4.8	9.6	10.4	11.2	12.0	12.8	12.0	11.2	10.4	4.8	3.2

(British, MPH)

Segments	Warm-Up		1	2	3	4	5	6	7	8	Cool Down	
	4:00 MIN		30 SEC	30 SEC	30 SEC	30 SEC	30 SEC	30 SEC	30 SEC	30 SEC	30 SEC	4:00 MIN
Level 1	0.5	1.0	1.5	2.0	2.5	3.0	3.5	3.0	2.5	2.0	1.0	0.5
Level 2	0.5	1.0	2.0	2.5	3.0	3.5	4.0	3.5	3.0	2.5	1.0	0.5
Level 3	0.5	1.5	2.5	3.0	3.5	4.0	4.5	4.0	3.5	3.0	1.5	1.0
Level 4	0.5	1.5	3.0	3.5	4.0	4.5	5.0	4.5	4.0	3.5	1.5	1.0
Level 5	0.5	2.0	3.5	4.0	4.5	5.0	5.5	5.0	4.5	4.0	2.0	1.0
Level 6	0.5	2.0	4.0	4.5	5.0	5.5	6.0	5.5	5.0	4.5	2.0	1.0
Level 7	0.5	2.5	4.5	5.0	5.5	6.0	6.5	6.0	5.5	5.0	2.5	1.5
Level 8	0.5	2.5	5.0	5.5	6.0	6.5	7.0	6.5	6.0	5.5	2.5	1.5
Level 9	0.5	3.0	5.5	6.0	6.5	7.0	7.5	7.0	6.5	6.0	3.0	2.0
Level 10	0.5	3.0	6.0	6.5	7.0	7.5	8.0	7.5	7.0	6.5	3.0	2.0



ΟΛΑ ΤΑ ΜΟΝΤΕΛΑ

6) επαναλάβετε την προπόνηση 2-3 φορές/εβδομάδα και μην υπερβάλλετε κατά την άσκηση.

4) 10,000 ΒΗΜΑΤΑ: Άμεσα πλήκτρα για προγράμματα που βασίζονται στα βήματα. Ο διάδρομος θα μεταμορφώσει αυτόματα τις ρυθμίσεις της προπόνησής σας σε πραγματοποιηθέντα βήματα και θα σας βοηθήσει να πετύχετε τον ημερήσιο στόχο σας βημάτων (για περισσότερες πληροφορίες βλέπε τις οδηγίες παρακάτω).

5) ΑΥΞΗΣΗ ΤΗΣ ΔΥΝΑΜΗΣ (ΤΟ T81 ΚΑΙ T82 ΔΕΝ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΥΝ ΑΥΤΟ ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ): Τα τμήματα χρόνου ποικίλλουν από 30 έως 90 μήκος για να προκαλέσουν την αντίσταση σας και τη δύναμή σας. Ο στόχος βασίζεται στον χρόνο με 10 επίπεδα κλίσης.

Segments	Warm-Up		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Cool Down			
Time	4:00 MIN		30 SEC	60 SEC	90 SEC	60 SEC	90 SEC	45 SEC	60 SEC	45 SEC	90 SEC	90 SEC	30 SEC	30 SEC	4:00 MIN			
Level 1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1
Level 2	1	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	1
Level 3	1	1	1	2	2	2	2	3	4	2	3	2	2	2	2	2	1	1
Level 4	1	1	1	2	2	2	3	3	4	5	3	4	3	3	2	2	2	1
Level 5	1	2	2	2	2	3	4	4	5	5	4	5	4	3	2	2	2	1
Level 6	1	2	2	3	3	4	5	5	6	5	5	5	4	3	3	3	2	1
Level 7	1	2	2	3	4	5	6	5	6	7	5	6	5	6	5	4	3	2
Level 8	1	1	1	2	5	6	7	8	8	9	8	8	8	7	6	5	2	1
Level 9	2	2	2	3	6	7	8	9	10	10	9	9	9	8	7	6	2	1
Level 10	2	3	4	5	7	8	9	10	10	10	9	10	10	9	8	7	3	2

6) ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ (ΜΟΝΟ ΤΟ T86): Το πρόγραμμα που βασίζεται στην απόσταση προσομοιώνει τον ημιμαραθώνιο. Αυτό το πρόγραμμα σας βοηθάει να δυναμώσετε τους μύες και να βελτιώσετε την καρδιαγγειακή ικανότητα έτσι ώστε να είστε έτοιμοι για μια πραγματική διαδρομή.

7) Τυχαίο (ΜΟΝΟ T86): Ο διάδρομός σας θα επιλέξει τυχαία ένα πρόγραμμα για εσάς. Θα μπορείτε να πατήσετε enter για να αρχίσετε την προπόνηση και να πατήσετε το πλήκτρο Random για να το επιλέξετε πάλι.

8) Η ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΜΟΥ (ΜΟΝΟ T85 ΚΑΙ T86): Το μηχάνημα θα αποθηκεύει αυτόματα τις μεταβολές της προπόνησής σας κάθε 30 δευτερόλεπτα και θα μπορείτε εύκολα να αποθηκεύετε τις ρυθμίσεις που προτιμάτε πατώντας MyTrain για 3 δευτερόλεπτα και θα είναι έτοιμο για την επόμενη προπόνηση. (Η νέα προπόνηση θα αντικαταστήσει την παλιά).

Παρατήρηση:

Τύπος βημάτων: : Οι υπολογισμοί βασίζονται στο μέσο μήκος του βήματος 2.6 πόδια (0.8 μέτρα / 31 ίντσες)

Βήματα = απόσταση/μήκος βήματος

Π.χ.: 1 μίλι = 5280 πόδια (1609 μέτρα) = 5,280/2.6 = 2030 βήματα

TEST BMI: Το πλήκτρο των τεστ BMI θα σας βοηθήσει να πετύχετε τον ΔΕΙΚΤΗ ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΜΑΖΑΣ. Εισάγετε το βάρος σας και το ύψος σας αφού πατήσετε αυτό το πλήκτρο. Το μηχανήμα θα σας βοηθήσει να υπολογίσετε τον δείκτη σας BMI για το μέλλον.

Τύπος BMI:

Κιλά και μέτρα (ή εκατοστά) Τύπος: βάρος (kg) / [ύψος (m)]²

Τύπος λιβρών και ιντσών: βάρος (lb) / [ύψος (in)]² x 703

Κατηγορία	BMI range – kg/m ²
Πολύ σοβαρά υπέρβαρος	κάτω από 15
Σοβαρά υπόβαρος	από 15.0 έως 16.0
Υπόβαρος	από 16.0 έως 18.5
Κανονικός (κανονικό βάρος)	από 18.5 έως 25
Υπέρβαρος	από 25 έως 30
Υπέρβαρος Τάξη I (μέτρια υπέρβαρος)	από 30 έως 35
Υπέρβαρος Τάξη II (σοβαρά υπέρβαρος)	από 35 έως 40
Υπέρβαρος Τάξη III (πολύ σοβαρά υπέρβαρος)	πάνω 40

Παρατήρηση: μπορεί να ποικίλλει σε διάφορες περιοχές, βασιζόμενη σε γενικές πληροφορίες το ΠΟΥ. Για περισσότερες πληροφορίες, δείτε την “Ταξινόμηση BMI” του “Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας”.



ΟΛΑ ΤΑ
ΜΟΝΤΕΛΑ



ΟΛΑ ΤΑ
ΜΟΝΤΕΛΑ

ΕΞΟΙΚΟΝΟΜΗΣΗ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ (ΛΕΙΤΟΥΡΓΕΙΑ STANDBY)

Αυτή η συσκευή διαθέτει λειτουργία εξοικονόμησης ενέργειας. Η οθόνη θα εισέλθει αυτόματα στην λειτουργία standby (λειτουργία εξοικονόμησης ενέργειας) μετά από 15 λεπτά αδράνειας. Σχεδόν όλη η ενέργεια για το μηχάνημα θα διακοπεί εκτός από κάποια κυκλώματα που είναι αναγκαία για την ενεργοποίησης εκ νέου της κονσόλας. Αυτό το χαρακτηριστικό θα μπορεί να απενεργοποιηθεί εισερχόμενοι στο μενού ρύθμισης. .

Για να μπει στο μενού ρύθμισης, κρατήστε πατημένα τα πλήκτρα κλίσης ▲ και ταχύτητας ▼ για 3-5 δευτερόλεπτα. Χρησιμοποιήστε τα πλήκτρα κλίσης ▲ και ταχύτητας ▼ για να πλοηγηθείτε στο μενού μέχρι ENG3. Πατήστε ENTER για να επιλέξετε. Χρησιμοποιήστε τα πλήκτρα κλίσης ▲ και ταχύτητας ▼ για να επιλέξετε ΕΞΟΙΚΟΝΟΜΗΣΗ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ. (ENERGY SAVER) ON ή OFF. Κρατήστε πατημένο το πλήκτρο STOP για 3-5 δευτερόλεπτα για να βγείτε από το ENG3. Κρατήστε πατημένο πάλι το STOP για 3-5 δευτερόλεπτα για να βγείτε από το μενού ρύθμιση.

*Παρατήρηση: Το T81 δεν διαθέτει πλήκτρο κλίσης. Θα μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τα πλήκτρα Ταχύτητα πάνω και κάτω για να εισέλθετε στην λειτουργία ENG.

ΣΥΣΤΗΜΑ ΕΚΤΑΚΤΗΣ ΑΝΑΓΚΗΣ ΠΑΛΜΩΝ (ΜΟΝΟ T86): Αυτός ο δείκτης χρειάζεται για την παρακολούθηση των παλμών. Μόλις αρχίσετε την προπόνηση, το φως θα αλλάξει από προθέρμανση σε μέτριο σε γρήγορο και λειτουργία έκτακτης ανάγκης. Βλέπε παρακάτω στις παρατηρήσεις για περισσότερες πληροφορίες.

Τύπος συστήματος έκτακτης ανάγκης παλμών:

ΧΑΜΗΛΟ (70-90 ΠΑΛ) = λευκό φως,

Μέτριο (90-120 ΠΑΛ) = πράσινο φως,

Μέτρια γρήγορο HR (120-140 ΠΑΛ) = πράσινο φως που αναβοσβήνει γρήγορα,

Ταχύ (140-155 ΠΑΛ) = κόκκινο φως που αναβοσβήνει

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΕΚΤΑΚΤΗΣ ΑΝΑΓΚΗΣ (Παλμοί χαμηλότεροι από 70 και ψηλότεροι από 155 ΠΑΛ) = κόκκινο φως που αναβοσβήνει γρήγορα με εκπομπή ήχου.



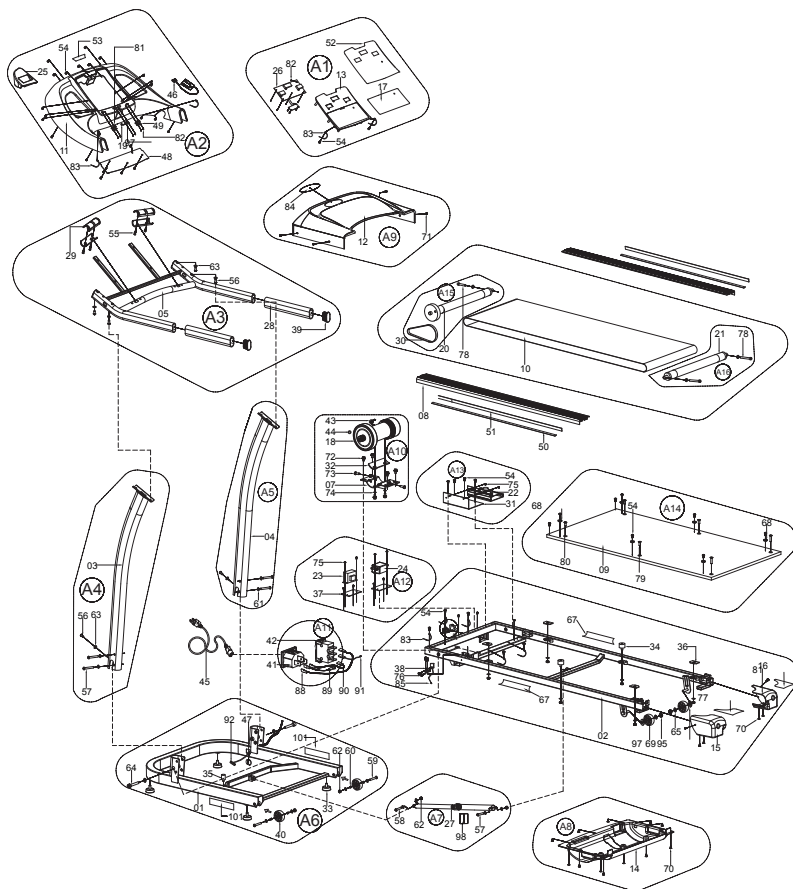
ΟΛΑ ΤΑ
ΜΟΝΤΕΛΑ

T81 ΑΝΟΙΧΤΟ

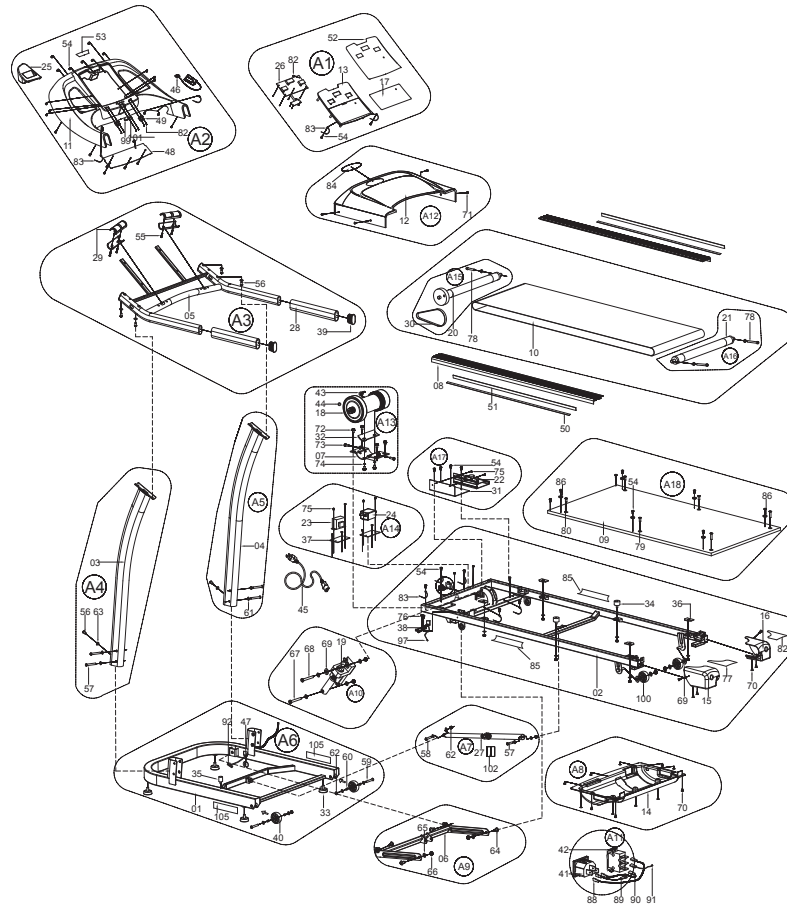


ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΗ

T81



T82 ANOIXTO



ΛΠΕΙΚΟΝΙΣΗ
T82

NO.	DESCRIZIONE
1	CONSOLE MAST SET;SEMI-ASSY;LEFT;TM466;
2	CONSOLE MAST SET;SEMI-ASSY;RIGHT;TM466
3	BASE SET;SEMI-ASSY;TM466;
4	DRIVE MOTOR SET;SEMI-ASSY;TM327E;
5	CONSOLE SET;SEMI-ASSY;TM466;
6	COVER SET;SEMI-ASSY;UP;MOTOR;TM466;
AB1	MAIN BASE TUBE-EXTRAWORK;FRAME;SCREEN P
AH1	PAINTING;ELEVATION RACK SET;ROHS ;SL;A
AM1	MOTOR SUPPORT FRAME;PAINTING;ROHS;SL;AZ
AN5	SEMI-ASSY;SAFETY SWITCH SET;TM196-1US;
AR1	FRONT ROLLER SET-820,830T
AR2	ROLLER SET;REAR;TM196
B19	SCREW;FH;M8X1.25PX28L;HS;BP
B19	NUT;NLK;M8X1.25P;BAN;
B23	SCREW;BH;Φ4X12L;SM;PH;BAN;POT
B26	SPEED SENSOR FIX PLATE; AL
B27	FINISHED TREADMILL DECK;607X1133X15T;SI
B31	AIR STICK;SLOW-DROP;30KG;425.0-690.0;
B33	NUT;NYLON;M8X1.25P;CR;
B37	WASHER;FLT;Φ10.5XΦ25.0X1.5T;TFN;
B38	FIXING PLATE;-;F;PAINTING;TM327;SPHC
B39	SCREW;TRH;Φ4X12L;SM;PH;BAN;POT
B40	TAPE;FOAM;SINGLE-SIDE;20X300X1.0T;TM396
B41	FLAT;PVC;TM291-B17A
B42	SCREW;BH;M8X1.25PX30L;HS;BP
B43	WASHER;FLT;Φ8.1X20X1.0T;TFN;

NO.	DESCRIZIONE
B45	SHIM;DECK;NR;YELLOW;10X20X2.0;TM466;ELE
B61	FIXPIECE;SIDE RAIL;TM187-141A-00
B64	SCREW;FH;Φ5X15L;SM;PH;BAN;POT
C17	CAP;PP;BL;ARM REST;Φ30XΦ60;TM420-2KM;
H06	SCREW;SPECIAL;M8X1.25PX9L-D10X9.5L;HEX
H07	NUT;NYLON;M8X1.25P;CR;
H08	WASHER;FLT;Φ10.5XΦ20.0X1.0T;TFN;
K06	WASHER;
K08	FRONT LEVELER
K09	FOOT;BASE;PVC;3/8-16UNC;BLACK;TM616
K14	SCREW;BH;M10X1.5PX50L-15L;HS;CHM;P-T
K15	NUT;NLK;M10X1.5P;CHM;
K23	FLAT;60C;TM196-K12B
L06	TRANSPORT WHEELS;-;TM196;
M02	MCB;MLH1102HGPG;1.5-2.0HP;220V
M07	LIFT MOTOR;AC;220V;500LBS;-;58MM;210MM;1
M08	SCREW;SH;M8X1.25PX45L-30L;HS;BZN;G12.9;
M11	SCREW;SH;5/16-18UNCX14L;HS;BP
M12	WASHER;FLT;Φ10.5XΦ18.0X2.0T;BAN;
M13	WASHER;SPL;Φ10.2XΦ18.4X2.5T;BOX;
M14	NUT;NLK;M8X1.25P;BZN;
M15	SCREW;HH;3/8-16UNCX55L-14L;HE;P-T
M16	SCREW;HH;3/8-16UNC-42L-14L;HE;P-T
M18	NUT;NLK;3/8-16UNC;BAN;
M20	ELASTOMER;TM196;TM196-M20A
M21	SCREW;M8X1.25PX9L-D10X9.5L;HE;45#;BOX;



ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΗ

T85



ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΗ

T85

NO.	DESCRIZIONE
M23	SCREW;BH;Φ4X12L;SM;PH;YZN;POT
M24	WASHER;FLT;Φ8.4XΦ15.5X1.6T;BZN;
M25	WASHER;SPL;Φ8.2XΦ15.4X2.0T;
M26	WASHER;FLT;Φ8.2XΦ20.0X3.0T;
P01	SWITCH;POWER;KCD3;TM196;TM196-P01A
P02	POWER SOCKET SET;-;CE(80,800,300);16AWG
P03	CONSOLE WIRE;D;1800L;CKM2.5-9P+SM-9A;TM4
P07	WIRE;SF CON;BLACK;250LOCK300L 16AWG;
P08	WIRE;BS CON;BLACK;250LOCK2 60L;
P12	BREAKER;THROUGH ELECTRIC CURRENT;7A 250V
P14	SENSOR;-;-;1000MM(CKM 25430101-03);TM394
P15	SCREW;BH;Φ3X8L;SM;PH;WZN;POT
P18	SCREW;BH;M5X0.8PX25L;CT;PS;NKL;
P19	NUT;HX;M5X0.8P;SS41;NKL;
P20	WASHER;TOOTH;Φ5.3XΦ10.0X0.6T;BAN;
P21	WAVE TUBE; CR-11SP;Φ14XΦ10.7;200M/COIL
P22	SCREW;FH;M3X0.5PX10L;PH;ZN;
P23	NUT;HX;M3X0.5PX3H;SS41;CHM;
P30	EXTERNAL PWR;IN;-;-;1.5MM;2M;-;-
P30	EXTERNAL PWR;NEW ZEALAND;-;-;1.5MM;2M;-;-
P30	EXTERNAL PWR;EUROPE;-;-;1.5MM;2M;-;-
P30	EXTERNAL PWR;CHINA;-;-;-;1.5MM;-;-;2M
P30	EXTERNAL PWR;HK/KW/GB;-;-;-;1.5MM;2M;-;-
P30	EXTERNAL PWR;US/CA/TH;16AWG;2M
P30	EXTERNAL PWR;ARGENTINA;-;-;-;1.5MM;2M;-;-
P30	EXTERNAL PWR;SOUTH AFRICA;-;-;-;1.5MM;-;-

NO.	DESCRIZIONE
P30	EXTERNAL PWR;SWEDEN;2M;1.5MM
P30	EXTERNAL PWR;BR;LENGTH;2M;1.5MM2
P30	EXTERNAL PWR WIRE SET;ISRAEL;-;-;-;1.5MM;2
P30	WIRE;EXTERNAL PWR;SET;CHILE USED;JIS2 U
Q02	COVER;MOTOR;DOWN;PP;BLACK;TM196;
Q03	SIDERAIL;COVER;PAHS;TM396
Q09	END CAP;FRAME;LEFT-REAR;ABS(PA-756);7514
Q10	END CAP;FRAME;RIGHT-REAR;ABS(PA-756);751
Q11	SCREW;BH;Φ4X12L;SM;PH;BAN;POT
Q13	SCREW;TRH;Φ4X15L;SM;PH;BAN;POT
Q15	STICKER;ANTI-SKID □TM283
R03	R-BELT;PAHS;458X2552X1.4T;TM327
R04	BELT;POLY-V;170-J5;
R05	SCREW;SH;M8X1.25PX40L;HS;
R06	SCREW;BH;M8X1.25PX55L;HS;BAN;F-T
R07	WASHER;FLT;Φ8.4XΦ15.5X1.6T;BZN;
V02	DECORATED LABEL;FRAME;VCS LITE;TM466
Z01	SCREW;BUTTON HEAD;M8X1.25PX55L-20L;HEX
Z02	SCREW;BH;M8X1.25PX20L;HS;CHM;
Z03	WASHER;ARC;Φ8.4XΦ17.0X1.0T;CHM;
Z04	WASHER;SPL;Φ 8.2XΦ15.4X2.0T;CHM;
Z05	WASHER;FLT;Φ8.2XΦ15.0X1.2T;CHM;
	SILICON OIL BOTTLE;50ML;OIL CONTENT 40ML
	DOCUMENTATION;MANUAL;TM SAFETY DIRECTION
	DOCUMENTATION;MANUAL;USE MANIPULATE;T
	HARDWARE SET;TM466;

NO.	DESCRIZIONE
	WRENCH;HEX;T-TYPE;#5X172L;
	WRENCH;HEX;L-TYPE;M5X110L;
M03	MOTOR;1.5HP/180V
M06	FLYWHEEL; MOTOR;TM196;TM196-M02E;
M22	FERRITE CORE
AC1	CONSOLE MAST SET;L;PAINTING;SILVER3;TM
Q12	FOAM;Φ30XΦ60X3.0TX360L;ARM REST;TM466
AC2	CONSOLE MAST SET;R;PAINTING;SILVER3;TM
Q12	FOAM;Φ30XΦ60X3.0TX360L;ARM REST;TM466
AK1	BASE FRAME SET;PAINTING;SILVER3;TM466
K10	RVN;ALS7-616-150(0.02-0.15);YZN;
AN1	BASE SET;CONSOLE;PAINTING;SILVER3;TM46
N01	CONSOLE BASE CASING;CONSOLE;HIPS;75140;
N02	OVERLAY;CONSOLE;PAINTING;877C;BRIGHT SI
N09	SCREW;BH;Φ4X12L;SM;PH;BAN;POT
N10	SAFETY KEY SENSOR WIRE;300L
N20	CONSOLE WIRE;U;450L;CKM2.5-9P+SM-9Y;TM40
N22	CONNECT WIRE;VIDEO-HEAD PHONE;2*(2.54-3P
N23	THREE-D EARPHONE WIRE;PJ-2030T(SOCKTE Φ3
N25	(UP)CONTROL PANEL;HDPD;S101-01;CITTAT
N26	AUDIO INPUT BOARD-T83,84
N33	SCREW;BH;Φ3X8L;SM;PH;BAN;POT
N35	SENSOR SET;PULSE;800MM(Φ31.8+2.5-2P JIND
N36	SCREW;BH;Φ4X8L;SM;PH;YZN;POT
N61	DOCUMENTATION;CTL OVERLAY;DISPLAY MANIPU
N62	KEYPAD;MEMBRANE;D;TM466-2KM;TM466-N62

NO.	DESCRIZIONE
N79	WIRE;GRIP PULSE;250+Φ6 ;500;TM219;TM2
N90	ABSORPTION PLATE;15X15;TM616
V39	WARNING STICKER;OVERLAY;REMOVE PROTECTIV
	TIE STRAP ADHESIVE; NYLON66;HC-101;W
	FIX IMPLEMEN;HW-8AA
	CABLE TIE;NYLON;BLACK;160L
Q01	MOTOR COVER;UP;HIPS;75140;TM466;
V04	LOGO LABEL;MOTOR COVER;TEMPO;TM466

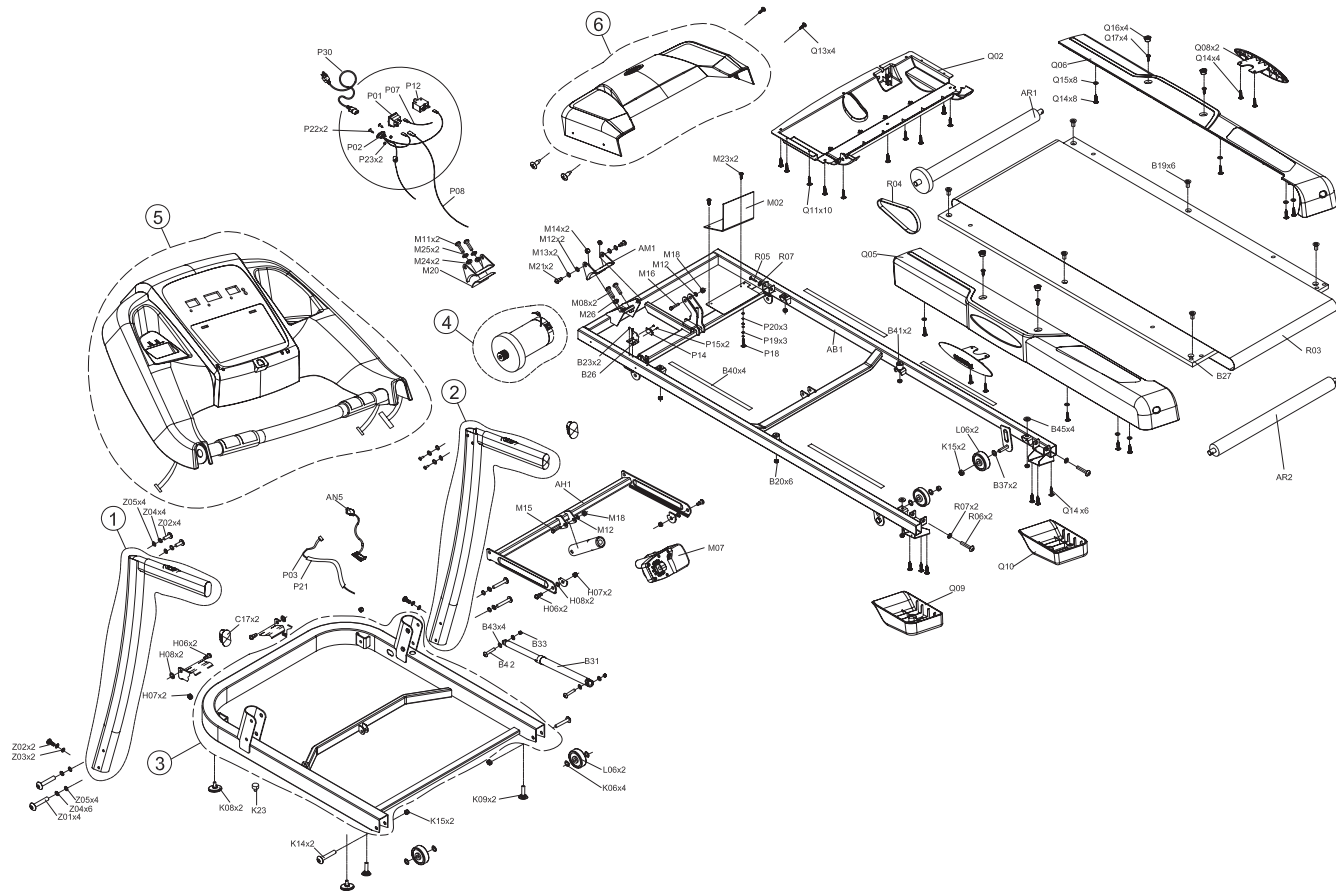


ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΗ
T85

T86 ANOIXTO



ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΗ
T86



NO.	DESCRIZIONE
1	CONSOLE MAST SET;SEMI-ASSY;LEFT;TM472;
2	CONSOLE MAST SET;SEMI-ASSY;RIGHT;TM472
4	DRIVE MOTOR SET;SEMI-ASSY;TM327E;
5	CONSOLE SET;SEMI-ASSY;TM472;
6	COVER SET;SEMI-ASSY;UP;MOTOR;TM466;
AB1	FRAME SET;PAINTING;SILVER3;TM466;
AH1	PAINTING;ELEVATION RACK SET;ROHS ;SL;A
AM1	MOTOR SUPPORT FRAME;PAINTING;ROHS;SL;AZ
AN5	SEMI-ASSY;SAFETY SWITCH SET;TM196-1US;
AR1	FRONT ROLLER SET-820,830T
AR2	ROLLER SET;REAR;TM196
B19	SCREW;FH;M8X1.25PX28L;HS;BP
B20	NUT;NLK;M8X1.25P;BAN;
B23	SCREW;BH;Φ4X12L;SM;PH;BAN;POT
B26	SPEED SENSOR FIX PLATE; AL
B27	FINISHED TREADMILL DECK;607X1137X15T;NA
B31	AIR STICK;SLOW-DROP;30KG;425.0-690.0;
B33	NUT;NYLON;M8X1.25P;CR;
B37	WASHER;FLT;Φ10.5XΦ25.0X1.5T;TFN;
B40	TAPE;FOAM;SINGLE-SIDE;20X300X1.0T;TM396
B41	FLAT;PVC;TM291-B17A
B42	SCREW;BH;M8X1.25PX30L;HS;BP
B43	WASHER;FLT;Φ8.1X20X1.0T;TFN;
B45	SHIM;DECK;NR;YELLOW;10X20X2.0;TM466;ELE
C17	CAP;PP;BL;ARM REST;Φ30XΦ60;TM420-2KM;
C17	POWER SOCKET SET;-;CE(80,800,300);16AWG

NO.	DESCRIZIONE
H06	SCREW;SPECIAL;M8X1.25PX9L-D10X9.5L;HEX
H07	NUT;NYLON;M8X1.25P;CR;
H08	WASHER;FLT;Φ10.5XΦ20.0X1.0T;TFN;
K06	WASHER;
K08	FRONT LEVELER
K09	FOOT;BASE;PVC;3/8-16UNC;BLACK;TM616
K14	SCREW;BH;M10X1.5PX50L;HS;
K15	NUT;NLK;M10X1.5P;BAN;
K23	FLAT;60C;TM196-K12B
L06	TRANSPORT WHEELS;-;TM196;
M02	MCB;MLH1102HGPG;1.5-2.0HP;220V
M07	LIFT MOTOR;AC;220V;500LBS;-;58MM;210MM;1
M08	SCREW;SH;M8X1.25PX45L-30L;HS;BZN;G12.9;
M11	SCREW;SH;5/16-18UNCX14L;HS;BP
M12	WASHER;FLT;Φ10.5XΦ18.0X2.0T;BAN;
M13	WASHER;SPL;Φ10.2XΦ18.4X2.5T;BOX;
M14	NUT;NLK;M8X1.25P;BZN;
M15	SCREW;HH;3/8-16UNCX55L-14L;HE;P-T
M16	SCREW;HH;3/8-16UNC-42L-14L;HE;P-T
M18	NUT;NLK;3/8-16UNC;BAN;
M20	ELASTOMER;TM196;TM196-M20A
M21	SCREW;M8X1.25PX9L-D10X9.5L;HE;45#;BOX;
M23	SCREW;BH;Φ4X12L;SM;PH;YZN;POT
M24	WASHER;FLT;Φ8.4XΦ15.5X1.6T;BZN;
M25	WASHER;SPL;Φ8.2XΦ15.4X2.0T;
M26	WASHER;FLT;Φ8.2XΦ20.0X3.0T;



ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΗ

T86



ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΗ
T85

NO.	DESCRIZIONE
P01	SWITCH;POWER;KCD3;TM196;TM196-P01A
P03	CONSOLE WIRE;D;1800L;CKM2.5-9P+SM-9A;TM4
P07	WIRE;SF CON;BLACK;250LOCK300L 16AWG;
P08	WIRE;BS CON;BLACK;250LOCK2 60L;
P12	BREAKER;THROUGH ELECTRIC CURRENT;7A 250V
P14	SENSOR;-;-;1000MM(CKM 25430101-03);TM394
P15	SCREW;BH;Φ3X8L;SM;PH;WZN;POT
P18	SCREW;BH;M5X0.8PX25L;CT;PS;NKL;
P19	NUT;HX;M5X0.8P;SS41;NKL;
P20	WASHER;TOOTH;Φ5.3XΦ10.0X0.6T;BAN;
P21	WAVE TUBE; CR-11SP;Φ14XΦ10.7;200M/COIL
P22	SCREW;FH;M3X0.5PX10L;PH;ZN;
P23	NUT;HX;M3X0.5PX3H;SS41;CHM;
P30	EXTERNAL PWR;IN;-;-;1.5MM;2M;-;-
P30	EXTERNAL PWR;NEW ZEALAND;-;-;1.5MM;2M;-;-
P30	EXTERNAL PWR;EUROPE;-;-;1.5MM;2M;-;-
P30	EXTERNAL PWR;CHINA;-;-;-;-;1.5MM;-;-;2M
P30	EXTERNAL PWR;HK/KW/GB;-;-;-;-;1.5MM;2M;-;-
P30	EXTERNAL PWR;US/CA/TH;16AWG;2M
P30	EXTERNAL PWR;ARGENTINA;-;-;-;-;1.5MM;2M;-;-
P30	EXTERNAL PWR;SOUTH AFRICA;-;-;-;-;1.5MM;-;-;
P30	EXTERNAL PWR;SWEDEN;2M;1.5MM
P30	EXTERNAL PWR;BR;LENGTH;2M;1.5MM2
P30	EXTERNAL PWR WIRE SET;ISRAEL;-;-;-;-;1.5MM;2
P30	WIRE;EXTERNAL PWR;SET;CHILE USED;JIS2 U
Q02	COVER;MOTOR;DOWN;PP;BLACK;TM196;

NO.	DESCRIZIONE
Q05	SIDE RAIL-EXTRAWORK;LEFT;SCREEN PRINT;
Q06	SIDE RAIL-EXTRAWORK;RIGHT;SCREEN PRINT;
Q08	DECORATE PLATE;FRAME;NR;ORANGE;TM472;
Q09	COVER;SIDE RAIL;LEFT;PP;75140;TM472;
Q10	COVER;SIDE RAIL;RIGHT;PP;75140;TM472;
Q11	SCREW;BH;Φ4X12L;SM;PH;BAN;POT
Q13	SCREW;TRH;Φ4X15L;SM;PH;BAN;POT
Q14	SCREW;TRH;Φ4X12L;SM;PH;BAN;POT
Q15	WASHER;FLT;Φ6.5XΦ14.0X1.0T;BZN;
Q16	PLUG;SCREW;NR;BLACK;TM472;
Q17	SCREW;BH;Φ4X15L;TC;PH;BAN;POT
R03	R-BELT;PAHS;458X2552X1.4T;TM327
R04	BELT;POLY-V;170-J5;
R05	SCREW;SH;M8X1.25PX40L;HS;
R06	SCREW;BH;M8X1.25PX55L;HS;BAN;F-T
R07	WASHER;FLT;Φ8.4XΦ15.5X1.6T;BZN;
Z01	SCREW;BUTTON HEAD;M8X1.25PX55L-20L;HEX
Z02	SCREW;BH;M8X1.25PX20L;HS;CHM;
Z03	WASHER;ARC;Φ8.4XΦ17.0X1.0T;CHM;
Z04	WASHER;SPL;Φ 8.2XΦ15.4X2.0T;CHM;
Z05	WASHER;FLT;Φ8.2XΦ15.0X1.2T;CHM;
	SILICON OIL BOTTLE;50ML;OIL CONTENT 40ML
	DOCUMENTATION;MANUAL;TM SAFETY DIRECTION
	DOCUMENTATION;MANUAL;USE MANIPULATE;T
	HARDWARE SET;TM466;
	WRENCH;HEX;T-TYPE;#6X167L;

NO.	DESCRIZIONE
	WRENCH;HEX;L-TYPE;M5X110L;
M03	MOTOR;1.5HP/180V
M06	FLYWHEEL; MOTOR;TM196;TM196-M02E;
M22	FERRITE CORE
AK1	BASE FRAME SET;PAINTING;SILVER3;TM466
K10	RVN;ALS7-616-150(0.02-0.15);YZN;
Q01	MOTOR COVER;UP;HIPS;75140;TM466;
V04	LOGO LABEL;MOTOR COVER;TEMPO;TM466
AC1	CONSOLE MAST SET;L;PAINTING;SL;TM472;
G03	COVER-EXREAWORK;QUICK KEY;LEFT;SCREEN PR
G05	RUBBER KEY;ARM REST;SILICA;ORANGE;TM47
G07	SCREW;TRH;Φ4X12L;SM;PH;BAN;POT
G08	SCREW;BH;Φ3X8L;TC;PH;BZN;FLT
G10	CONNECT BOARD;QUICK KEY;INCLINE;HA;PA;
Q12	FOAM;Φ30XΦ60X3.0TX360L;ARM REST;TM472
AC2	CONSOLE MAST SET;R;PAINTING;SL;TM472;
G04	COVER-EXREAWORK;QUICK KEY;RIGHT;SCREEN P
G05	RUBBER KEY;ARM REST;SILICA;ORANGE;TM47
G07	SCREW;TRH;Φ4X12L;SM;PH;BAN;POT
G08	SCREW;BH;Φ3X8L;TC;PH;BZN;FLT
G11	CONNECT BOARD;QUICK KEY;SPEED;HA;PA;SO
Q12	FOAM;Φ30XΦ60X3.0TX360L;ARM REST;TM472
AN1	BASE SET;CONSOLE;PAINTING;SILVER3;TM46
N01	CONSOLE BASE CASING;CONSOLE;HIPS;75140;
N02	OVERLAY;CONSOLE;PAINTING;877C;BRIGHT SI
N03	FIXING BOX;CONSOLE BASE COVER;NR;75140;

NO.	DESCRIZIONE
N09	SCREW;BH;Φ4X12L;SM;PH;BAN;POT
N10	INDUCTION WIRE;SAFETY SWITCH;220(OKI MAG
N20	CONSOLE WIRE;U;450L;CKM2.5-9P+SM-9Y;TM40
N22	CONNECT WIRE;VIDEO-HEAD PHONE;2*(2.54-3P
N23	THREE-D EARPHONE WIRE;PJ-2030T(SOCKTE Φ3
N25	(UP)CONTROL PANEL;HDPD;S101-01;CIT TAT
N26	AUDIO INPUT BOARD-T83,84
N30	ARM REST QUICK KEY CONNECTING WIRE; UPPE
N33	SCREW;BH;Φ3X8L;SM;PH;BAN;POT
N35	SENSOR SET;PULSE;800MM(Φ31.8+2.5-2P JIND
N36	SCREW;BH;Φ4X8L;SM;PH;YZN;POT
N61	DOCUMENTATION;CTL OVERLAY;DISPLAY MANIPU
N62	KEYPAD;MEMBRANE;D;NT941-03;TM472-N62;
N79	WIRE;GRIP PULSE;250+Φ6 ;500;TM219;TM2
N90	ABSORPTION PLATE;15X15;TM616
V39	WARNING STICKER;OVERLAY;REMOVE PROTECTIV
	TIE STRAP ADHESIVE; NYLON66;HC-101;W
	FIX IMPLEMEN;HW-8AA
	CABLE TIE;NYLON;BLACK;160L



T85
in figura



ΟΛΑ ΤΑ
ΜΟΝΤΕΛΑ

D: Entsorgungshinweis

Horizon Fitness - Produkte sind recyclebar. Führen Sie das Gerät am Ende der Nutzungsdauer einer sachgerechten Entsorgung zu (örtliche Sammelstelle).

GB: Waste Disposal

Horizon Fitness products are recyclable. At the end of its useful life please dispose of this article correctly and safely (local refuse sites).

F: Remarque relative à la gestion des déchets

Horizon Fitness sont recyclables. A la fin sa durée d'utilisation, remettez l'appareil à un centre de gestion de déchets correct (collecte locale).

NL: Verwijderingsaanwijzing

Horizon Fitness producten zijn recycleerbaar. Breng het apparaat aan het einde van de gebruiksduur naar een op recycling gespecialiseerd bedrijf (plaatselijk verzamelpunt).

E: Informaciones para la evacuación

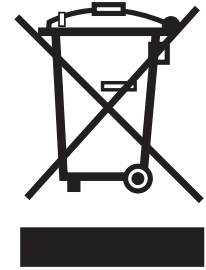
Los productos de Horizon Fitness son reciclables. Cuando se termina la vida útil de un aparato o una máquina, entréguelos a una empresa local de eliminación de residuos para su reciclaje.

E: Ένδειξη απομάκρυνσης αποβλήτων

Τα προϊόντα Horizon Fitness είναι ανακυκλώσιμα. Όταν δεν θα χρειάζεστε πια την συσκευή, πηγαίνετέ την σε ένα ειδικό σημείο διαλογής της πόλης σας (Σημεία συλλογής του Δήμου)

PL: Wskazówka dotycząca usuwania odpadów.

Produkty firmy Horizon Fitness podlegają recyklingowi. Pod koniec okresu użytkowania proszę oddać urządzenie do właściwego punktu usuwania odpadów (lokalny punkt zbiorczy).











MANUALE UTENTE TREADMILL

T81 T82 T85 T86 Manuale utente 070213' Rev. 1 ©2013 Tempo Fitness